



# Opas kuvallisten taidetyöskentelymenetelmien käyttöön ikääntyneiden kanssa

Laura Karjula ja Katja Reina

2020 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

## **Opas kuvallisten taidetyöskentelymenetelmien käyttöön ikäääntyneiden kanssa**

Laura Karjula ja Katja Reina  
Sosionomi AMK  
Opinnäytetyö  
Huhtikuu 2020



Laura Karjula, Katja Reina

**Opas kuvallisten taidetyöskentelymenetelmien käyttöön ikääntyneiden kanssa**

Vuosi

2020

Sivumäärä

38

Tämä opinnäytetyö on toteutettu yhteistyössä Vanhustyön keskusliiton kanssa. Opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa opas ohjaajille ikääntyneiden kanssa toteutettavaan luovaan kuvalliseen taidetyöskentelyyn. Taidetyöskentelyllä on osoitettu olevan useita hyötyjä yksilön hyvinvoinnille. Sen on todettu esimerkiksi lisäävän elämäniloa ja tyytyväisyyttä, sekä vähentävän masennusta ja ahdistusta. Taidetyöskentely voi lisäksi vaikuttaa sairauden ja kivun kokemiseen ja niiden kanssa selviytymiseen.

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli tehdä opas ohjaajille ikääntyneiden kanssa toteutettavaan luovaan kuvalliseen työskentelyyn. Oppaan avulla ikäihmisten kanssa työskentelevien on helpompaa järjestää ohjattua taidetyöskentelyä. Ohjaajilta voi puuttua kokemusta luovien taidemenetelmien käytöstä, joten helpot ja selkeät ohjeet voivat olla suureksi avuksi. Oppaan tavoitteena on tarjota selkeät ja laadukkaat ohjeet viiden taidetyön toteuttamiseen.

Oppaan taidetyöt on toteutettu ja arvioitu Vanhustyön keskusliiton Senioritoiminnan ryhmässä. Arviointi perustui osallistujilta kerättyyn palautteeseen, jossa arvioitiin ohjeistuksen selkeyttä, sekä taidetyöskentelyn helppoutta ja mukavuutta. Lisäksi tulosten analyysiä on rikastettu ohjaajien omilla havainnoilla, sekä ryhmien ohjaajilta saadulla palautteella. Tulosten perusteella taidetyöskentely oli osallistujien mielestä mukavaa ja helppoa. Lisäksi ohjeistusta pidettiin selkeänä. Tulosten perusteella opas tarjoaa siis selkeät ja laadukkaat ohjeet kuvallisten työskentelymenetelmien käyttöön. Oppaan taidetyöt sopivat toteutettaviksi suurissakin ryhmissä ja melko lyhyessä ajassa, mutta taidetöihin voi yhdistää myös esimerkiksi keskustelua tai muita teemaan sopivia aktiviteetteja.

Oppaan laadun tarkempi tutkiminen olisi mahdollista tarkkailemalla vanhustyön ohjaajien kykyä toteuttaa sen pohjalta taidetyöskentelyä omille asiakkailleen. Tällöin voitaisiin selvittää, palveleeko opas myös sellaisia ohjaajia, joilla ei ole aiempaa taidetaustaa. Lisäksi opasta voisi tutkia myös toteuttamalla taidetyöt kokonaisuutena samassa ryhmässä. Tällöin voitaisiin tarkastella esimerkiksi luontoteeman toimivuutta, sekä intensiivisemmän taidetyöskentelyn vaikutusta ryhmään.

Asiasanat: vanhuus, luovuus, taidetyöskentely, kuvalliset menetelmät

Laura Karjula, Katja Reina

**A guide to using visual arts methods with the elderly**

Year 2020

Pages

38

---

This thesis has been conducted in collaboration with The Finnish Association for the Welfare of Older People. The purpose of this thesis was to draw up a guidebook for the employees in elderly care to carry out visual art sessions. According to studies, art has several positive impacts on well-being. Art sessions increase satisfaction in one's life and decrease anxiety and depression. In addition, art sessions may also affect one's ability to deal with pain and illness.

Previous guidebooks for elderly care focus mainly on recreational activities and crafts. The purpose of the thesis was to create a guidebook for art works that take into account the possible limitations or disabilities associated with old age. In addition, the guidebook enables employees to arrange art sessions even with little or no art experience. The aim of the thesis was to conduct clear and high-quality instructions for executing visual art sessions for the elderly.

The artworks have been carried out and evaluated in the senior activity groups arranged by The Finnish Association for the Welfare of Older People. Evaluation was based on the feedback from the participants. The participants evaluated the clarity of the instructions and how easy and fun it was to create the artworks. The analysis of the results has also been supplemented with observations from the groups as well as feedback from the group leaders. The results show that the arts sessions were considered fun and easy. Also, the instructions were experienced clear. Based on the results the thesis provides clear and high-quality instructions for carrying out visual art sessions. These artworks can be executed in fairly large groups with limited time, but they can also be combined with discussions or other activities.

To further examine the quality of the guidebook it would be feasible to observe elderly care employees carry out these art sessions in their own client groups. This would clarify whether the guidebook provides sufficient instructions for the employees with little to no art experience. The artworks could also be studied when executed as a whole in the same group. This would enable observing how the nature theme works and which effects intensive art sessions have.

Keywords: old age, creativity, art work, visual arts

## Sisällys

1	Johdanto .....	6
2	Opinnäytetyön lähtökohdat ja tavoitteet .....	7
3	Teoreettiset ja käsitteelliset lähtökohdat .....	8
3.1	Vanhuus ikä kautena .....	8
3.2	Taidetyöskentelyn vaikutukset .....	10
4	Opinnäytetyön suunnittelu ja toteutus .....	11
4.1	Toiminnallisen opinnäytetyön suunnittelu .....	11
4.2	Toteutus .....	16
5	Oppaan arviointi .....	17
5.1	Osallistujien palaute .....	18
5.2	Ohjaajien palaute .....	23
5.3	Itsearviointi .....	24
6	Eettisyys ja luotettavuus .....	25
7	Pohdinta .....	27
	Lähteet .....	29
	Kuviot .....	31
	Taulukot .....	31
	Liitteet .....	32

## 1 Johdanto

Tulevina vuosina vanhusten määrän lisääntyessä myös vanhustyön määrän tarve nousee. Tulevaisuudessa sosionomin työssä vanhustyö tulee siis tarjoamaan entistä runsaammin työmahdollisuuksia. Tässä opinnäytetyössä tutustumme vanhuuteen ikä kautena ja erityisesti luovien kuvallisten menetelmien käyttämiseen virkistystoiminnassa. Näiden tietojen pohjalta suunnitellaan ja toteutamme vanhustyöhön soveltuvan taidetyöskentelyoppaan.

Vastaavan kaltaisia oppaita ja ohjeistuksia taidetyöskentelyyn löytyi runsaasti varhaiskasvatuksen puolelta, lapsille ja nuorille sekä heidän kanssaan työskenteleville. Ikäihmisten kanssa toteutettavaksi löysimme lähinnä virike- ja askarteluohjeita (Koivula 2013a, Koivula 2013b, Rysti, Jekunen & Nystedt 2014), tai oppaita, joissa pääpaino oli teoreettisessa tiedossa ja hyvin laveissa, suuntaa antavissa ohjeissa (Vilhunen 2014). Selkeitä, vaiheittaisia taidetöiden ohjeistuksia löytyy myös kohtaamistaiteen puolelta (Peräniitty 2019), mutta tällöin taidetöitä voi ohjata vain kohtaamistaiteen ohjaajan pätevyyden suorittanut henkilö. Varsinaisia vanhustyön parissa toteutettaviin, kuvataidetyöskentelymenetelmiin keskittyneitä oppaita tai ohjeita emme löytäneet. Tarinallisuuteen ja muisteluun liittyviä menetelmiä löytyi runsaasti. Näissä menetelmissä pääpaino oli muistelussa ja taide toimi niissä muistelun välineenä. Ikäihmisten taidetekemisen ei kuitenkaan tarvitse olla sidoksissa vain menneeseen elämään ja henkilön historiaan. Lähtökohta voi olla myös uudet kokemukset ja elämykset. Ennen kaikkea taiteen tekeminen voi olla itseisarvo.

Koska vastaavanlaista opasta ei löytynyt, tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli tehdä opas ohjaajille ikääntyneiden kanssa toteutettavaan luovaan kuvalliseen työskentelyyn. Oppaan avulla ikäihmisten kanssa työskentelevien on helpompaa järjestää ohjattua taidetyöskentelyä. Ohjaajilta voi puuttua kokemusta luovien taidemenetelmien käytöstä, joten helpot ja selkeät ohjeet voivat olla suureksi avuksi. Oppaan tavoitteena on tarjota selkeät ja laadukkaat ohjeet viiden taidetyön toteuttamiseen. Opas sisältää selkeät vaihekuvat ja materiaalilistaukset.

Yhteistyökumppanina opinnäytetyössä on Vanhustyön keskusliitto. Toiminnallisen opinnäytetyön konkreettisena tuotoksena julkaistaan varsinaisen opinnäytetyöraportin lisäksi opas ohjaajille ikääntyneiden kanssa toteutettavaan luovaan kuvalliseen taidetyöskentelyyn. Opas ilmestyy sähköisesti Vanhustyön keskusliiton Vahvike-verkkopalvelussa. Oppaan tarkoitus on palvella kaikkia vanhustyön saralla toimivia, jotka ovat kiinnostuneita kuvataidemenetelmien käytöstä. Etenkin opas hyödyttää niitä työntekijöitä, joille taidemenetelmät eivät ole ennestään tuttuja. Työn toiminnallisena osana ohjasimme oppaan taidetyöt Vanhustyön keskusliiton senioritoiminnan ryhmissä. Saimme ryhmiltä, sekä niiden varsinaisilta ohjaajilta positiivista

palautetta toiminnanohjauksista. Kerätyn palautteen ja havaintojen perusteella taidetyöt ja niiden ohjeistukset olivat varsin onnistuneita.

Vanhustyön keskusliitto on valtakunnallinen vanhustyön liitto, joka toteuttaa vanhuuspoliittista vaikuttamista ja jäsenistön edunvalvontaa. Vuonna 1949 perustetun liiton tavoitteena on edistää vanhusten hyvinvointia, toimintakykyä ja sosiaalista turvallisuutta. Liiton tarjoamiin ohjaus- ja tukitoimintoihin kuuluu muun muassa senioritoiminta, Vahvike-palvelu ja ystävähiiroiminta. Senioritoiminnassa järjestetään ikääntyneiden hyvinvointia tukevaa toimintaa, sekä siihen liittyvää koulutusta ja ohjausta. Helsingissä senioritoiminta on vanhuksille ja omaishoitajille tarkoitettua ryhmätoimintaa. Vahvike-palvelu on ryhmä- ja viriketoiminnan materiaalipankki, josta ryhmien ja kerhojen ohjaajat voivat löytää aineistoja toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen. Vahvikkeen materiaaleja voivat myös hyödyntää yksityishenkilöt. (Vanhustyön keskusliitto 2019.)

Asiasanat: vanhuus, luovuus, taidetyöskentely, kuvalliset menetelmät

## 2 Opinnäytetyön lähtökohdat ja tavoitteet

Opinnäytetyön tarkoituksena on suunnitella ja toteuttaa opas ohjaajille ikääntyneiden kanssa toteutettavaan luovaan kuvalliseen taidetyöskentelyyn. Opinnäytetyön tavoitteena on tarjota selkeät ja laadukkaat ohjeet kuvallisten työskentelymenetelmien käyttöön vanhustyössä.

Ikääntyneillä voi olla jo erilaisia iän tuomia rajoitteita työskentelylle, esimerkiksi hienomotorisia haasteita, näkövaikeuksia, vapinaa, tai muistisairauksia (mm. Kan & Pohjola 2012). Otimme nämä asiat huomioon taidetöiden suunnitteluvaiheessa. Työt eivät sisällä liian pikku-tarkkoja työvaiheita ja lisäksi toteuttamiseen on tarjottu erilaisia vaihtoehtoja tarpeen mukaan. Kehittämistyön tuotosta, opasta voidaan hyödyntää kaikissa paikoissa, joissa halutaan tarjota ikäihmisille luovaa taidetyöskentelyä tukemaan heidän hyvinvointiaan.

Taidetyöt toteutettiin ja arvioitiin viidessä eri Vanhustyön Keskusliiton senioritoiminnan ryhmässä. Testaamisen tarkoituksena oli arvioida töiden soveltuvuutta kohderyhmälle, ohjeistuksen toimivuutta, sekä kartoittaa kohderyhmän kokemuksia taidetyöskentelystä. Ryhmät ovat kaikille senioreille avoimia ja kokoontuvat kerran viikossa. Ryhmät ovat pääsääntöisesti asuin-aluekohtaisia, lukuun ottamatta kahta heikkonäköisille tarkoitettua ryhmää. Ryhmien koko vaihtelee noin 8-30 välillä ja toiminta on jatkuvaa.

Testaamisvaiheessa toinen ohjaajista huolehti toimintakerran ohjaamisesta, ohjeistamisesta ja aikatauluttamisesta. Toinen ohjaaja puolestaan avusti esimerkiksi materiaalien ja yleisten järjestelyiden kanssa ja havainnoi samalla varsinaisen ohjaajan ja ryhmän toimintaa. Molemmat ohjaajat avustivat myös tarvittaessa osallistujia työskentelyvaiheessa.

Taidetöiden ohjaamisen lisäksi tutustuimme ikääntymiseen ikäkautena, sen tuomiin muutoksiin ihmisen psyykkisissä ja fyysisissä kyvyissä. Perehtymisen avulla pyritään avaamaan taide-työskentelyn merkitystä hyvinvoinnin edistäjänä.

### 3 Teoreettiset ja käsitteelliset lähtökohdat

#### 3.1 Vanhuus ikäkautena

Biologiseen ikään liittyy kaikilla ihmisillä fyysisiä ja fysiologisia muutoksia. Muutoksia tapahtuu yksilön ikääntyessä lapsesta aikuiseksi ja siitä vanhukseksi. Vanhuusikään liittyy kasvava riippuvaisuus muiden antamasta avusta ja hoidosta. (Jämsén & Kukkonen 2017, 14-17.) Vanhuus elämänvaiheena on tullut mahdolliseksi yhä useammalle elinajan pitenemisen myötä. Vanhuudesta on tullut ihmisen elämässä pitenevä ajanjakso. Vanheneminen tapahtuu eri ihmisillä eri tavoin. Kaikilla vanhenemisprosessi kuitenkin sisältää voimavarojen heikkenemistä. (Heikkinen & Marin, 2003, 6.) Ikääntyessä ihmisen toimintakyky alkaa asteittain laskemaan.

Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (2019a) mukaan toimintakyvyllä tarkoitetaan yksilön fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia edellytyksiä selviytyä välttämättömistä jokapäiväisen elämän toiminnoista omassa elinympäristössään. Toimintakykyä voidaan kuvata kansainvälisellä ICF-luokituksella (International Classification of Functioning, Disability and Health) ja toimintakyvyn ulottuvuuksilla. ICF luokittelee toimintakykyä kehon rakenteina ja toimintoina, niiden varaan nojautuvina suorituksina sekä osallistumisena elämän eri tilanteisiin ja yhteisön toimintaan. Toimintakyky voidaan jakaa neljään ulottuvuuteen, fyysiseen, psyykkiseen, kognitiiviseen ja sosiaaliseen.

Fyysisessä mielessä vanhenemisella viitataan eri elinten toimintakyvyn heikkenemiseen. Vanheneminen alkaa jo n. 20 vuoden jälkeen, mutta etenee melko hitaasti ja yksilöllisesti. (Kan & Pohjola 2012, 28-30.) Fyysinen toimintakyky ilmenee kykynä liikkua. Toimintakyvyn kannalta tärkeitä fysiologisia ominaisuuksia ovat esimerkiksi lihasvoima- ja kestävyys, nivelten liikkuvuus, liikkeiden hallinta sekä liikeitä koordinoivan keskushermoston toiminta. Fyysiseen toimintakykyyn luetaan myös näkö- ja kuuloaisti. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2019a.) Tämän opinnäytetyön kannalta keskeisiä fyysisiä muutoksia ovat esimerkiksi aistitoimintoihin liittyvät muutokset. Ikääntyessä tuntoaisti, tasapainoaisti ja koordinaatiokyky heikkenevät. Myös näkökyky heikkenee, jolloin silmälasien ja riittävän valaistuksen merkitys on suuri. 60-vuotias tarvitsee keskimäärin noin kolme kertaa niin paljon valoa, kuin 20-vuotias. Myös kuulo-, maku- ja hajuaistit heikkenevät. Luustossa ja lihaksistossa tapahtuu heikkenemistä, jolloin ikääntyneen voimat heikkenevät ja lihasten koordinaatio heikkenee. Hermostokaan ei ole turvassa ikääntymiseltä, vaan hermojen johtamisnopeus heikkenee, jolloin reaktioaika pitenee. (Kan & Pohjola 2012, 28-30.)

Psyykkinen toimintakyky pitää sisällään arjesta ja kriiseistä selviytymisen mahdollistavia psyykkisiä voimavaroja ja se kattaa toimintoja, jotka liittyvät tuntemiseen ja ajatteluun (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2019a). Psyykkisiin muutoksiin kuuluvat älykkyyteen, oppimiseen, muistiin, luovuuteen ja tunne-elämään liittyvät muutokset. Älykkyyden osalta on havaittu, että niin kutsuttu kiteytynyt älykkyys, eli kyky käyttää laajaa yleistietoa, koulussa opittua, ym. kokemuksen myötä syntynyttä osaamista, säilyy tai jopa kohenee iän myötä. Joustava älykkyys, eli uuden omaksuminen ja ongelmanratkaisukyky uusissa tilanteissa, heikenee puolestaan ikääntymisen myötä. (Kan & Pohjola 2012, 15.)

Kognitiivinen toimintakyky sisältää tiedon vastaanoton, käsittelyn, säilyttämisen ja käytön yhteistoimintaa (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2019a). Muisti ja oppiminen ovat tiukasti kietoutuneet toisiinsa ja keskeisin ikääntymisen tuoma muutos niissä on toimintojen hidastuminen. Nopeutta ja uuden oppimista edellyttävät tilanteet siis vaativat ikääntyneiltä enemmän aikaa. Huomioitavaa on, että arkielämää häiritsevät muistihäiriöt eivät sinällään kuulu vanhenemiseen, vaan viittaavat sairauteen. Oppimiseen ja muistiin liittyy paljon yksilöllisiä eroja myös vanhuudessa. Lisäksi esimerkiksi motivaatio oppia, tai muistiin liittyvät kielteiset asenteet voivat vaikuttaa ikääntyneen toimintaan. (Kan & Pohjola 2012, 16-17.)

Sosiaalinen toimintakyky muodostuu vuorovaikutussuhteissa ja sosiaalisissa verkostoissa (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2019a). Sosiaalinen vanheneminen viittaa ikääntymisen mukanaan tuomiin muutoksiin yhteiskunnallisessa asemassa. Sosiaalisella toimintakyvyllä viitataan kykyyn toimia ja vuorovaikuttaa toisten ihmisten kanssa. Se kytkeytyy tiiviisti sekä fyysiseen, että psyykkiseen toimintakykyyn. Vanhuudesta puhuttaessa viitataan usein aktiiviseen vanhenemiseen, joka perustuu ajatukselle, että ihminen on toiminnallinen olento. Psyykkisen, fyysisen ja sosiaalisen aktiivisuuden säilymistä pidetään tärkeänä sekä yksilölle, että yhteiskunnalle. (Kan & Pohjola 2012, 19-20.)

Ikääntyneiden toimintakyvyn heikkenemistä voi edistää elämän virikkeettömyys. Erilaisilla taidetyöskentelyn tavoilla voidaan vaikuttaa iäkkäiden ihmisten hyvinvointiin ja tukea heidän arjessa selviytymistään. Taidetyöskentelyllä on mahdollista vahvistaa elämänhallinnan tunnetta ja toimintatahdon säilymistä. (Routasalo, Toivonen & Rautiainen 2013, 7-8.)

Luovuudesta ja sen muutoksista vanhuudessa tiedetään melko vähän. Luovuudella viitataan usein kykyyn luoda jotain uutta tieteen ja taiteen saralla, mutta myös kyky löytää asioista uusia puolia tai havaita uusia asioita on luovaa toimintaa. Vanhuusiässä ihmisillä on vähemmän arkielämän velvoitteita, kuten lasten hoitoa tai työn tekemistä, jolloin luovuudelle avautuu uusia mahdollisuuksia. (Kan & Pohjola 2012, 17-18.) Vanhuus voi olla odotettu ikäkausi, työn loppumisen ja vapaa-ajan lisääntymisen vuoksi.

Luovuuden tapaan myös tunne-elämää on tutkittu vähäisesti vanhuuden kohdalla. Stereotyyppioita sen sijaan riittää; vanhuksia pidetään toisinaan kielteisinä, tunteettomina tai

herkkätunteisina. Nämä mielikuvat voivat pohjautua olosuhteiden aiheuttamiin reaktioihin ja niiden vaikutukseen henkilön minäkuvaan. Esimerkiksi hoitolaitoksessa asuva vanhus voi kokea avuttomuuden tunteita, jotka puolestaan aiheuttavat kielteistä suhtautumista. Ylipäättään vanhuuteen liitetään paljon kielteisiä mielikuvia yhteiskunnassamme. (Kan & Pohjola 2012, 18.)

Ikääntyminen vaikuttaa oppimisen kannalta aistitoimintoihin ja kognitiiviseen suoriutumiseen. Olennaisimpia näistä ovat muutokset näkö- ja kuuloaistissa sekä motoriikassa. Nämä muutokset tulisi ottaa huomioon ikääntyneiden kanssa järjestettävän toiminnan suunnittelussa ja toteuttamisessa. Ympäristön tulee olla hyvin valaistu ja rauhallinen. Meluttomuus auttaa kohdentamaan huomion käsiteltävään asiaan. Motoriikan muutokset tulee ottaa huomioon työskentelytilan istuinten ja tasojen sopivalla mitoituksella. Ikääntyneille tarkoitettujen visuaalisten ja kirjallisten oppimateriaalien tulisi olla selkeää. Työvälineistön käyttökokemusta voi parantaa kiinnittämällä huomiota esimerkiksi käytettäviin väreihin, kontrasteihin ja tekstikokoihin. (Kuusinen & Paloniemi 2003, 163-164.)

Kognitiivisten toimintojen ikääntymismuutokset tulee ottaa huomioon opetustilannetta suunnitellessa. Ikääntyneiden oppimista helpottaa tarpeellinen tauotus ja riittävän ajan käyttö. Hidastempoinen etenemisnopeus ja omatahtinen eteneminen luovat positiivisen oppimisilma-  
piirin. Rauhallinen opetustilanne auttaa tarkkaavaisuuden kohdistamisessa ja heikentyneiden aistitoimintojen aiheuttamissa ongelmissa. Oppimistilannetta helpottaa osioissa tapahtuva eteneminen kohti kokonaisuutta. Kokonaisuuden hahmottamista ja motivaation ylläpitämistä edesauttaa tavoitteiden esiintuominen. Oppimistilanteessa sisällöllisen esittelyn ohella ikääntyneet tarvitsevat oppimiseen ohjaajaa, joka toimii tarpeen mukaan myös keskustelijana ja auttajana. (Kuusinen & Paloniemi 2003, 164.)

### 3.2 Taidetyöskentelyn vaikutukset

Luovuus on synnynnäinen ominaisuus, joka voi näkyä elämässä esimerkiksi ongelmanratkaisukykyinä, kekseliäisyytenä tai taiteellisena toimintana. Huhtinen-Hildénin ja Karjalaisen (2019) mukaan on ihmisen perustarve kokea itsensä luovana olentona. Ihminen tarvitsee luovaa ajattelua kykyyn katsoa asioita uudesta näkökulmasta ja sen kautta voidaan prosessoida itseä ja omia kokemuksia.

Luova toiminta voi toimia sillanrakentajana omiin tunteisiin ja toisiin ihmisiin. Ihmisillä on tarve sosiaaliselle kontaktille ja sitä kautta jakaa omaa elämää. Yhteinen luova toiminta voi vahvistaa ihmisten välisiä yhteyksiä ja lisätä ymmärrystä ja suvaitsevaisuutta. Yhteisesti toteutettu luova toiminta tarjoaa osallisuuden ja vastavuoroisuuden kokemuksia. Osallisuus on tunnetta kuulumisesta johonkin, henkilökohtainen kokemus siitä, että on osa jotain



merkityksellistä, johon voi itse vaikuttaa. Osallisuus on yksi ihmisen hyvinvoinnin osatekijöistä. (Huhtinen-Hildén & Karjalainen 2019.)

Taiteelliseen toimintaan osallistumisella voi olla positiivisia vaikutuksia itseluottamukseen, itsetuntoon ja itsensä hyväksymiseen. Yhteisöissä toteutettu taiteellinen toiminta voi vaikuttaa tunteiden parempaan ymmärtämiseen ja tunteeseen vastavuoroisuudesta ja sosiaalisesta tuesta. (Laitinen 2017, 30.) Kokemusten käsittely turvallisessa ilmapiirissä luo osallistujille kokemuksen itsestä hyväksyttynä osana ryhmää (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019b).

Taidetyöskentelyn on todettu lisäävän elämäniloa, rentoutusta ja tyytyväisyyttä. Se voi vähentää myös masennusta ja ahdistusta. Taiteellisella toiminnalla on todettu olevan positiivisia vaikutuksia yksilöiden fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen. Taidetyöskentely voi vaikuttaa sairauden ja kivun kokemiseen ja niiden kanssa selviytymiseen. Taiteiden on todettu muun muassa laskevan verenpainetta ja stressiin liittyvän kortisolin tuotantoa. Tutkimuksissa on saatu tuloksia positiivisista yhteyksistä kulttuurisen osallistumisen ja taidetyöskentelyn sekä koetun terveyden sekä yleisen elämän tyytyväisyyden välillä. (Laitinen 2017, 27-28.)

Luovassa toiminnassa työskentään usein omaan elämään liittyviä teemoja (Huhtinen-Hildén & Lamppu 2018, 10). Taidetyöskentely voi tarjota mahdollisuuden ottaa etäisyyttä omaan arkeen ja kokemuksiin, joka mahdollistaa vaikeidenkin asioiden käsittelyn turvallisesti. Etäisyys voi tuoda esiin asioita, joita ei pysty muilla tavoin ilmaisemaan. Taidetyöskentely mahdollistaa omien kokemusten ja elämäntarinan tutkimisen toiminnallisesti. Ihmisen ja hänen kokemustensa välinen dialogi muodostuu osana luovaa prosessia. (Huhtinen-Hildén & Karjalainen 2019.) Uusien näköalojen avautuessa omaa elämäntarinaa on mahdollista muovata vuorovaikutuksessa omiin tunteisiin ja toisiin ihmisiin (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019b).

Vanhuksilla on takanaan kokemusmaailma, josta voi ammentaa luovia voimavaroja (Routasalo, Toivonen & Rautiainen 2013, 7). Ihmiset voivat sijoittaa itseään ja omaa elämäänsä eikielelliseen luovaan ilmaisuun ja löytää tuotoksesta kytköksiä omiin elämäkokemuksiinsa. Luovan ilmaisun avulla yksilö voi turvallisesti etäännyä arkiminästä ja omista vaikeuksista. Hyväksynnän kokeminen on meille jokaiselle tärkeää ja siihen luova toiminta voi tuoda lisää välineitä ja keinoja. Luovan ilmaisun kautta nähdä ja kuulla tuleminen vahvistaa omaa elämäntarinaa ja sen merkityksellisyyttä. (Huhtinen-Hildén & Lamppu 2018, 10-11.)

#### 4 Opinnäytetyön suunnittelu ja toteutus

##### 4.1 Toiminnallisen opinnäytetyön suunnittelu

Toiminnallisen opinnäytetyön tuloksena syntyy tuotos, yleensä konkreettinen tuote, joka voi olla esimerkiksi kirja, malli, opas tai esite. Toiminnallisessa opinnäytetyössä tuotokseen tähtäävät vaiheet etenevät vuorovaikutussuhteessa eri toimijoiden kanssa. Toimintaympäristössä tapahtuva dialoginen tai trialoginen vuorovaikutus tarkoittaa keskustelun, arvioinnin ja toiminnan uudelleen suuntaamisen lisäksi vertaistukea sekä palautteen antamista ja saamista. (Salonen 2013, 5-6.) Tämä opinnäytetyö on toiminnallinen ja siinä toteutetaan pdf-opas ohjaajille ikääntyneiden kanssa toteutettavaan luovaan kuvalliseen taidetyöskentelyyn.

Salosen (2013, 16-20) konstruktivistisessa mallissa toiminnallinen opinnäytetyö jaetaan vaiheisiin. Aloitusvaihe linjaa työn suunnan. Se sisältää kehittämistarpeen, kehittämistehtävän, toimijat ja toimintaympäristön. Suunnitteluvaiheessa tehtävä kehittämissuunnitelma kirkastaa opinnäytetyön idean. Siitä selviää muun muassa työn tavoitteet, toimijat ja vaiheet. Esivaiheessa organisoidaan tulevaa työskentelyä oikeassa toimintaympäristössään. Esivaihetta seuraa työstövaihe, joka on merkityksellinen oppimisen vaihe. Työstämisvaiheessa kypsyvät useat ammatilliset edellytykset kuten suunnitelmallisuus, vastuullisuus ja itsensä kehittäminen. Tarkistus- ja arviointivaiheen tuloksena tuotos siirtyy joko takaisin työstettäväksi tai eteenpäin viimeistelyvaiheeseen. Toiminnallisen opinnäytetyön viimeistelyvaihe sisältää tuotoksen ja loppuraportin. Valmis tuotos esitellään ja julkaistaan.



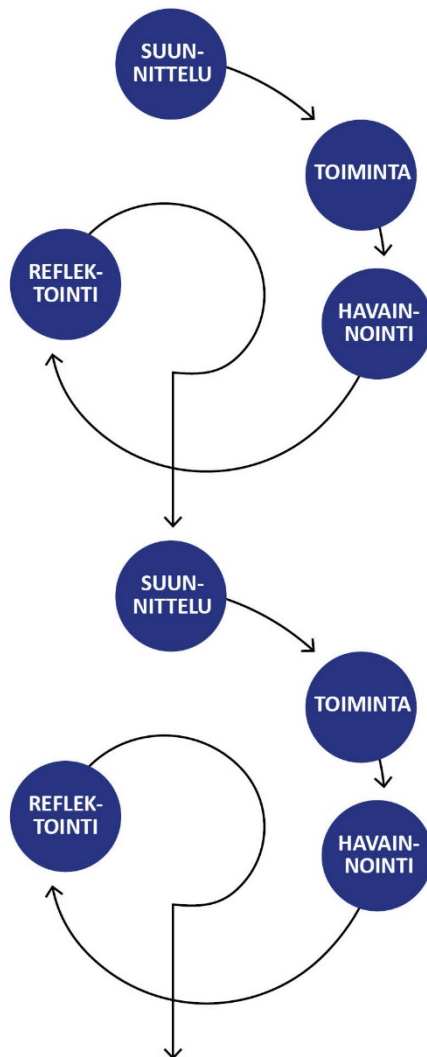
Kuvio 1: Kehittämistoiminnan konstruktivistinen malli (Salonen 2012)

Toiminnallisen opinnäytetyön lisäksi voidaan puhua yleisesti myös kehittämisestä tai kehittämistoiminnasta. Kehittämisellä tarkoitetaan jotain konkreettista toimintaa, jonka tavoitteena on jonkin selkeän tavoitteen saavuttaminen. Määritelmä kattaa kuitenkin hyvin laajan kentän, sillä kehittämisen kohde, laajuus, tapa ja lähtökohdat eroavat toisistaan suuresti. Kehittämistä voidaankin määritellä tarkemmin erilaisten muuttujien kautta. Kehittäminen voi kohdistua yksittäisen työntekijän, tai koko organisaation toimintatapoihin, tai kehittämisen kohteena voi olla jokin rakenne. Kehittämisen kohteena voi olla yksikkö tai koko organisaatio, tai joissakin tapauksissa esimerkiksi tietyn toimialan organisaatiot. Lisäksi kehittämisen tavoitteet voivat kummuta toimijoilta itseltään, tai tulla ulkoapäin määriteltynä. Kehittämistoiminta on usein hankeperusteista, mutta toisinaan se voi olla myös jatkuvaa toimintaa. Tavoitteena voi olla joko uuden idean keksiminen, eli innovointi, tai idean levittämistä, eli diffuusiota. Kehittäminen voi olla myös organisaation sisäistä toimintaa, tai ulkopuoliselle taholle tehtävä toimitusprojektiksi. (Toikko & Rantanen 2009, 14-15.)

Kehittämistoiminnassa tuotetaan näyttöön perustuvaa tietoa esimerkiksi työmenetelmän toimivuudesta. Tavoitteena on aina empiirisesti pätevä tieto, vaikka erilaisia tiedon lajeja onkin olemassa runsaasti. Näytön vahvuutta luokitellaan myös hierarkkisesti, vaikka kaikki tutkijat eivät tätä allekirjoitakaan. Vahvinta näyttö on satunnaistetuissa koe-kontrollitutkimuksissa, seuraavana kontrolloidut tutkimukset tai kvasi-kokeelliset tutkimukset. Kolmanneksi sijoittuu kokeelliseen tai kuvailevaan aineistoon perustuva näyttö. Lisäksi asiantuntijoiden kokemukseen perustuvat raportit, lait ja ministeriöiden toimintaohjeet katsotaan omaksi kategoriakseen. Viidentenä ovat luentoihin, raportteihin, tiedotteisiin tai asiakaspalautteisiin perustuvat tiedot. (Toikko & Rantanen 2009, 39-40.)

Kehittämistoimintaa voidaan kuvata erilaisilla malleilla. Spiraalimallissa kehittäminen hahmotetaan jatkuvana, kehämäisenä toimintana, eli spiraalina. Kehittämisen suunnitteluvaihetta seuraa toiminta ja sen havainnointi, jonka jälkeen tehtyä kehittämistä reflektoidaan. Spiraalimallissa tämä kehä toistuu useita kertoja niin, että reflektoinnista siirrytään uudelleen toiminnan suunnitteluun ja seuraavaan kehään. Kehittämisen tuloksia arvioidaan siis jatkuvasti uudelleen ja arvioinnin pohjalta tehdyt täsmennykset viedään uuteen suunnittelu- ja toteutusvaiheeseen. (Toikko & Rantanen 2009, 66.)

Tämä opinnäytetyö pyrkii tuottamaan empiiristä tietoa suunnitellun taidekokonaisuuden toimivuudesta, jolloin sen tuottaman näytön vahvuuden voi katsoa sijoittuvan yllä mainittuun kolmanteen kategoriaan. Lisäksi toiminta noudattaa kehittämisen spiraalimallia, jossa alkupe räisiä suunnitelmia arvioidaan ja reflektoidaan, jonka pohjalta tehdään jälleen päivitetty suunnitelma oppaan muodossa. Spiraalia olisi mahdollista jatkaa myös laaditun oppaan testauksen muodossa.



Kuvio 2: Toimintatutkimuksen spiraalimalli (Toikko & Rantanen 2009, 67; alkujaan mm. Lewin 1948; Carr & Kemmis 1986)

Taidetyöskentelyllä viitataan tässä yhteydessä toimintaan, jossa työskennellään erilaisilla taid välineillä tavoitteena luoda yksittäinen taideteos. Välineinä kuvantekemisessä voidaan käyttää esimerkiksi erilaisia piirtimiä ja nestemäisiä värejä. Kuva muodostuu paperille eri värien, muotojen, pintojen ja struktuurien yhteisvaikutuksesta.

Tekijää tyydyttävään esteettiseen lopputulokseen pyritään käyttämällä laadukkaita taidetyöskentelyvälineitä. Oppaaseen suunnitellut taidetyöt on mahdollista toteuttaa ja ohjata työskentelyä, vaikka ei olisi kokenut kuvan tekijä.

Taidetöiden suunnittelu aloitettiin yleisellä ideoinnilla ja pohdinnalla. Olimme jo keskusteluissa Vanhustyön keskusliiton kanssa päätyneet siihen, että töiden teemana tulee olemaan luonto. Luonto on suomalaisille tärkeä ja etenkin vanhemmilla ihmisillä voi olla hyvin läheinen luontosuhde. Luovassa työskentelyssä työstetään usein omaan elämään liittyviä teemoja (Huhtinen-Hildén & Lamppu 2018, 10), joita erityisesti vanhuksilla on runsaasti pitkän iän tuoman kokemusmaailman ansiosta (Routasalo, Toivonen & Rautiainen 2013, 7). Lisäksi taide työskentely mahdollistaa omien kokemusten tutkimisen toiminnallisella tavalla, jolloin luova prosessi tukee omien kokemusten ja oman itsen välistä dialogia (Huhtinen-Hildén & Karjalainen 2019). Ideoimme näistä lähtökohdista erilaisia teeman nivoutuvia aiheita taidetoille. Seuraavaksi siirryimme pohtimaan erilaisia tekniikoita, joiden arvelimme sopivan kohderyhmällemme. Jätimme pois sellaiset tekniikat, joissa tarvitaan liian yksityiskohtaista motoriikkaa, tai esimerkiksi liian haastavia tai hintavia taidemateriaaleja. Lisäksi esimerkiksi töiden kuivumisaika eri vaiheiden välillä ei saanut olla liian pitkä.

Kuten Kan ja Pohjola (2012, 28-30) toteavat, ikääntyminen aiheuttaa voimien heikkenemistä. Otimme tämän huomioon suunnitellessamme taidetyöskentelyä valitsemalla kuvantekotekniikoita, joissa ei tarvitse käyttää juurikaan fyysistä voimaa. Eri työskentelyvälineitä valitessa otimme huomioon, että niiden tulee olla fyysisesti kevyitä. Käytettävien värien pitää olla runsaspigmenttisiä, jotta niistä irtoaa jälkeä ilman voimakasta painamista. Iän tuoman näkökyvyn heikkenemisen (Kan & Pohjola 2013, 28) huomioimme valitsemalla taidetöitä, joiden työvaiheissa on riittävää tummuuseroa eli kontrastisuutta. Kaikissa suunnittelemissamme taidetöissä käytetään vahvoja värejä, jotta ne on mahdollisuuksien mukaan myös näköongelmaisten toteutettavissa. Koska myös psyykinen toimintakyky, kuten muistaminen ja uuden omaksuminen, heikkenee ikääntymisen myötä (Kan & Pohjola 2012, 15-17) päädyimme toteuttamaan käytännön ohjauksen vaiheittain. Taidetyöskentely eteni ohjattuna vaihe vaiheelta samassa tahdissa. Tämä tasasi myös osallistujien erilaisia työskentelyrytmejä. Vaiheistamalla saimme koko ryhmän toimimaan samassa aikataulussa ja pysymään tunnin määrääjassa. Ikääntymisen aiheuttaman toimintojen hidastumisen vuoksi oli tärkeä valita teemanmukaiset taidetyöt, joiden toteutus on mahdollista määrättyssä ajassa myös verkkaisemmalla tahdilla.

Kun alustava suunnitelma ja vaiheittaiset ohjeet taidetoille oli laadittu, teimme taidetyöt itse alusta loppuun. Tämän vaiheen tarkoituksena oli tunnistaa sellaiset työvaiheet, jotka mahdollisesti voisivat olla liian haastavia. Lisäksi tässä vaiheessa testasimme ohjeistuksen toimivuutta.

Ensimmäisen testauksen aikana huomasimme tietyissä työskentelyvaiheissa kontrastisuongelmaa. Muutimme ohjeistusta lisäämällä työhön tummuuseroa. Teimme muutoksia myös joidenkin töiden vaiheistukseen jättämällä kokonaan pois tai yksinkertaistamalla sellaisia työvaiheita, joilla ei ollut suurta vaikutusta lopputulokseen. Toisarvoisten vaiheiden poisjättäminen lisäsi kokonaisuuteen käytettävissä olevaa työskentelyaikaa. Osa testatuista töistä sisälsi

pikkutarkkuutta vaativia yksityiskohtaisia työvaiheita, joten ne taidetyöt karsiutuivat kokonaan pois. Vapaalla kädellä piirrettävän viivan muutimme sabluunan avulla tehtäväksi.

Palautteen keräämisessä tavoitteenamme oli mahdollisimman kevyt menetelmä, jotta saisimme kerättyä palautteet vaivattomasti ja ilman, että se tuntuisi osallistujista kuormittavalta. Koska arvioimme, että osallistujia saattaisi olla melko suuri määrä, oli määrällinen lähestymistapa selkeä valinta. Määrällisen tiedon avulla on mahdollista täsmentää, selittää, perustella tai kuvailla valittua aihepiiriä (Vilkka & Airaksinen 2003, 58). Päädyimme varsin pian kevyen kyselyn toteuttamiseen. Kyselylomake tulee aina laatia vastaajan näkökulmaa ajatellen. Tämä näkyy kyselylomakkeessa esimerkiksi niin, että sen tarkoitus ja tietojen käsittely on selitetty lomakkeella, kysymykset ovat ymmärrettäviä ja vastausvaihtoehdot sulkevat pois mahdollisuuden useampaan eri vastaukseen. (Vilkka & Airaksinen 2003, 59-61.) Kysymysten laadinta oli selkeää, sillä ne perustuivat opinnäytetyömme tavoitteisiin. Vastausvaihtoehtojen kohdalla pohdimme erilaisia toteutuksia, mutta koska tavoitteenamme oli selkeys ja yksinkertaisuus, päädyimme väittämämuotoisiin vastausvaihtoehtoihin. Valmiit, sanalliset määreet nopeuttavat vastaamista ja vähentävät tulkinnanvaraisuutta. Otimme suunnittelun lähtökohdaksi yleisesti käytetyn Likert-asteikon, jossa on ideana, että asteikon keskikohdasta toiseen suuntaan samanmielisyys kasvaa ja toiseen vähenee. Viisiportaisessa asteikossa keskimääräinen väittämä on muotoa ”ei samaa, eikä eri mieltä”. (Vilkka 2007, 46.) Arvioimme kuitenkin etukäteen, että viisiportaisella asteikolla saataisimme saada kohtalaisen paljon näitä ”ei samaa, eikä eri mieltä”-vastauksia. Välttääksemme tämän, päädyimme neliportaiseen asteikkoon, jonka vastausvaihtoehdot ovat täysin samaa mieltä, osittain samaa mieltä, osittain eri mieltä ja täysin eri mieltä. Tällöin vastaajien on oltava jotain mieltä aiheesta.

Suunnittelusta ensimmäiseen testauksen reflektointiin ulottuvaa vaihetta voi pitää toimintatutkimuksen spiraalimallin (kts. Kuvio 2) mukaisena ensimmäisenä kehänä. Ensimmäisessä vaiheessa kävimme siis läpi kaikki kehän vaiheet; suunnittelun, toiminnan, havainnoinnin ja reflektoinnin. Tämän ensimmäisen kehän havaintojen pohjalta jatkoimme toteuttamaan kehittämisen seuraavaa, vastaavaa kehää kohderyhmälle suunniteltavan ja toteutettavan testauksen merkeissä.

## 4.2 Toteutus

Opinnäytetyöhön liittyvät ohjaukset toteutettiin Vanhustyön keskusliiton senioritoiminnan ryhmissä. Ohjaukset ei toteutettu samassa ryhmässä, vaan viidessä eri ryhmässä. Ryhmät ovat avoimia ja jatkuvia, ja niiden osallistujamäärät vaihtelevat suuresti. Avoimissa ja vaihtuvissa ryhmissä toteutettuja taidetöitä ei voi arvioida kokonaisuutena, sillä jokainen työ toteutettiin eri ryhmälle. Lisäksi valitussa toteutustavassa ei voitu tarkastella taidetöiden tekemisen vaikutusta ryhmän dynamiikkaan tai tunnelmaan. Toisaalta valittu toteutustapa antoi

mahdollisuuden nähdä laajemman osallistujajoukon taidetöiden tekijöinä, ja antoi näin ollen arvokasta tietoa. Haasteita toteutukseen toivat ryhmien vaihtelevat koot ja vaihtuvat ihmiset. Kokonaisuus oli kuitenkin suunniteltu niin, että se toimii henkilöille, joilla ei ole juuri-kaan taidetyöskentelykokemusta. Mikäli testaamista varten olisi perustettu oma ryhmänsä, olisi siihen todennäköisesti valikoitunut kuvataiteesta kiinnostuneita ja taideharrastajia, jolloin työskentelyn sujuvuutta olisi ollut vaikeaa arvioida ja osallistujat olisivat voineet pitää yksinkertaisia taidetöitä tylsinä toteuttaa.

Jokainen ohjauskerta eri ryhmissä noudatti samaa rakennetta. Ryhmän kesto oli 1,5 tuntia, josta ensimmäiset 30 minuuttia oli varattu kahvihetkelle ja yleiselle jutustelulle. Tämän jälkeen ryhmissä tehtiin nimikierros, jonka aikana toteutimme hyvin yksinkertaisen virittäytymisharjoituksen. Harjoituksissa jokainen osallistuja liitti omaan nimeensä jonkin päivän taidetyöhön liittyvän sanan, kuten lempipuun, jonkin taivaankappaleen tai sääilmiön. Sen jälkeen siirryimme taidetyöskentelyyn. Tarkemmat kuvaukset taidetöistä sekä toteutetuista ohjauskerroista on esitelty liitteessä 1.

Varsinainen opas toteutettiin sähköisesti, eikä sen laatimiseen liittynyt kustannuksia. Oppaan nimeksi tuli ”Kuvataidetyöskentely ikääntyneiden kanssa - opas ohjaajille”. Visuaalisuudella pyrittiin selkeyteen ja tuomaan oppaan sisältö helposti lähestyttävään muotoon. Jokainen taidetyö esitellään oppaassa omana kokonaisuutenaan ja mukana on myös listaus käytetyistä materiaaleista. Oppaassa taidetyöt on ohjeistettu sanallisesti ja kuvin, joissa näkyy havainnollisesti eri työvaiheet. Vaihekuvat on otettu valokuvausstudiolla. Opas on taitettu A4-kokoon ja siinä on 31 sivua. Materiaali julkaistaan pdf-muodossa Vanhustyön keskusliiton omassa Vahvike-palvelussa, joten myöskään julkaisuun ei liity kustannuksia. Opas on kaikkien ladattavissa ilmaiseksi osoitteessa vahvike.fi.

## 5 Oppaan arviointi

Oppaan arviointi perustuu osallistujilta kerättyyn palautteeseen, opinnäytetyöpäiväkirjaan, sekä Vanhustyön keskusliitolta saatuun palautteeseen. Opinnäytetyöpäiväkirjassamme havainnoimme toimintakertojen sujuvuutta ja ohjeiden toimivuutta. Mikäli työvaiheesta toiseen siirtyminen ja työn toteuttaminen sujuu osallistujilta hyvin, voi opasta pitää selkänä ja laadukkaana. Lisäksi osallistujilta kerättävä palaute antoi meille tietoa ohjauksen toimivuudesta tai mahdollisista epäkohdista. Palautetta kerättiin jokaisen toimintakerran jälkeen ja kaikkia taidetöitä arvioitiin samoilla kysymyksillä. Ryhmän varsinainen ohjaaja oli paikalla jokaisella ohjauskerralla, ja saimme heiltä jokaisen kerran lopuksi palautetta.

Myöhemmin on tarkoitus tehdä palautteiden perusteella työoppaasta päivitetty versio, jossa otetaan huomioon oppaasta saatu ulkopuolinen palaute. Tavoitteena on, että opas ohjaajille leviäisi käyttöön mahdollisimman laajalle, missä vain vanhustyötä tehdään.

Työskentelyssä sitoudumme noudattamaan hyviä tutkimuseettisiä käytäntöjä. Ammattikorkeakouluille on laadittu Tutkimuseettisen neuvottelukunnan suositukset eettisestä opinnäytetyöprosessista. Suositusten tarkoituksena on edistää hyvää tieteellistä käytäntöä ammattikorkeakouluissa ja niiden opinnäytteissä. (Arene 2018.) Ymmärrämme etiikan merkityksen opinnäytetyötä tehdessä. Piittaamattomuus ja vilppi vie pohjan koko tutkimus- ja kehittämistoiminnalta. Lähteinä opinnäytetyössä käytämme luotettavia asiantuntijoita.

### 5.1 Osallistujien palaute

Jokaisen taidetyöskentelyn jälkeen osallistujia pyydettiin täyttämään lyhyt palautekysely. Kyselylomake jaettiin osallistujille paperisena ja he täyttivät sen ohjauskerran päätteeksi. Kysely oli väittämämuotoinen ja jokaista väittämää arvioitiin asteikolla täysin samaa mieltä, osittain samaa mieltä, osittain eri mieltä, täysin eri mieltä. Lisäksi vastausvaihtoehdoissa oli myös vaihtoehto ”en osaa sanoa” ja avoin kenttä vapaamuotoiselle palautteelle.

Kyselyn väittämät:

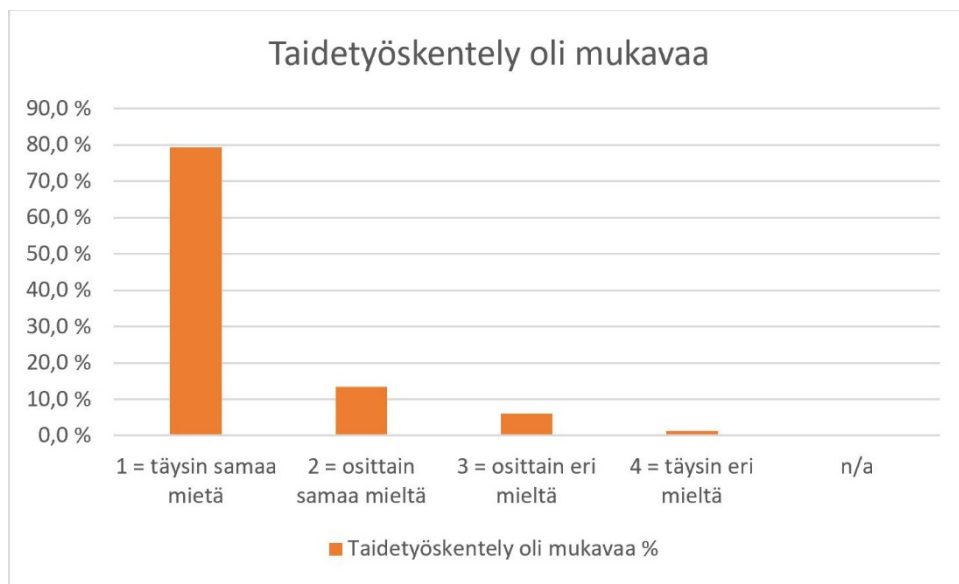
Taidetyöskentely oli mukavaa

Työskentely oli helppoa

Ohjaajien antamat ohjeet olivat selkeitä

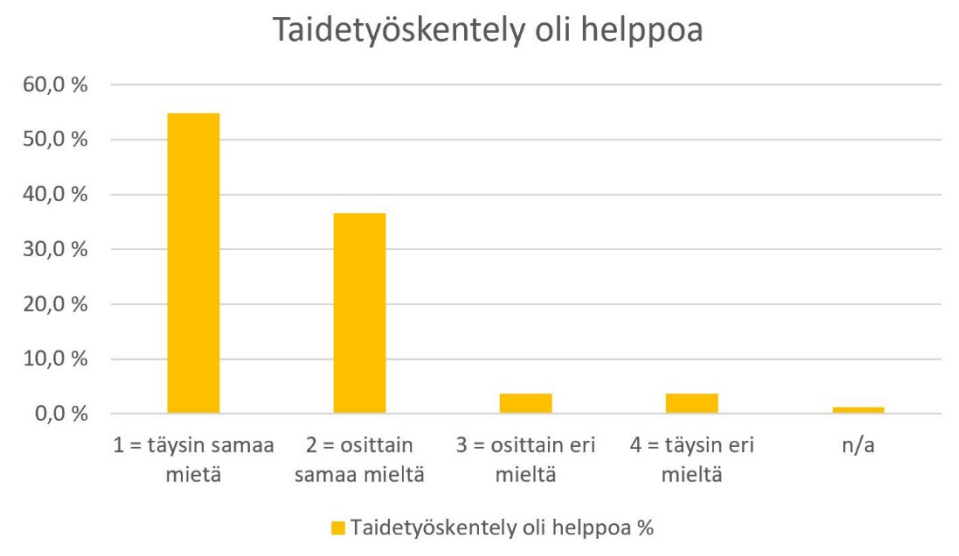
Kaiken kaikkiaan ryhmiin osallistui yhteensä 86 henkilöä ja heistä 82 vastasi palautekyselyyn. Neljä osallistujaa, jotka eivät vastanneet palautekyselyyn olivat paikalla vain osan toimintakerrasta. Jokainen osallistuja, joka oli paikalla koko taidetyöskentelyn ajan vastasi siis myös kyselyyn.





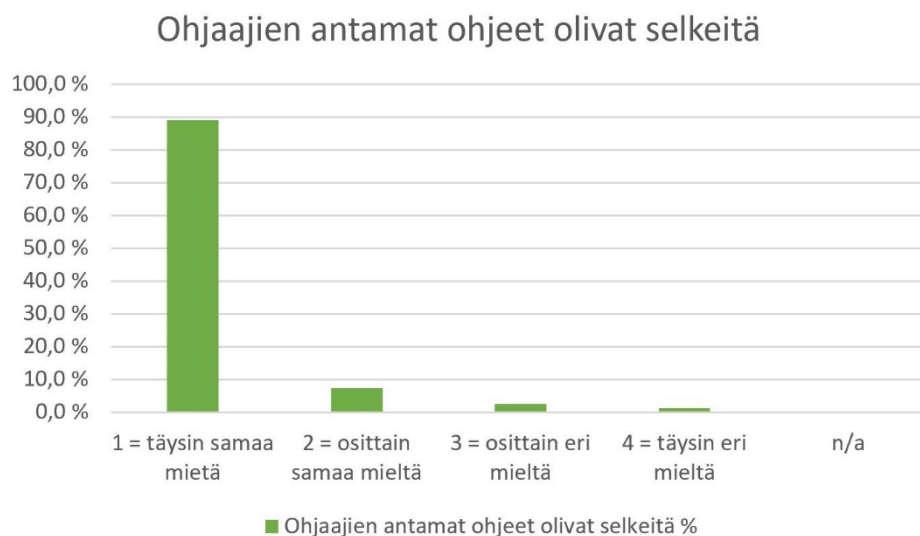
Kuvio 3: Taidetyöskentely oli mukavaa

Ensimmäiseen kysymykseen “taidetyöskentely oli mukavaa” vastattiin pääsääntöisesti väittämällä “täysin samaa mieltä”. Taidetyöskentelyn mukavuudesta täysin samaa mieltä oli 79,3% (n=65) ja osittain samaa mieltä 13,4% (n=11). Osittain eri mieltä oli viisi henkilöä, eli 6,1 % vastaajista ja täysin eri mieltä oli yksi henkilö, eli 1,2 % vastaajista. Muutamia poikkeuksia lukuun ottamatta taidetyöskentelyä pidettiin siis mukavana kaikissa ryhmissä. Vastausten jakautumisessa oli jonkin verran eroja eri toimintakertojen välillä, mutta koska eri taidetoita ja eri ryhmiä ei voi suoraan vertailla toisiinsa, emme voi tulosten perusteella sanoa, että jokin taidetyö olisi ollut vähemmän suosittu, kuin jokin toinen. Erittelemme vastauksia toimintakertoittain myöhemmin tässä luvussa.



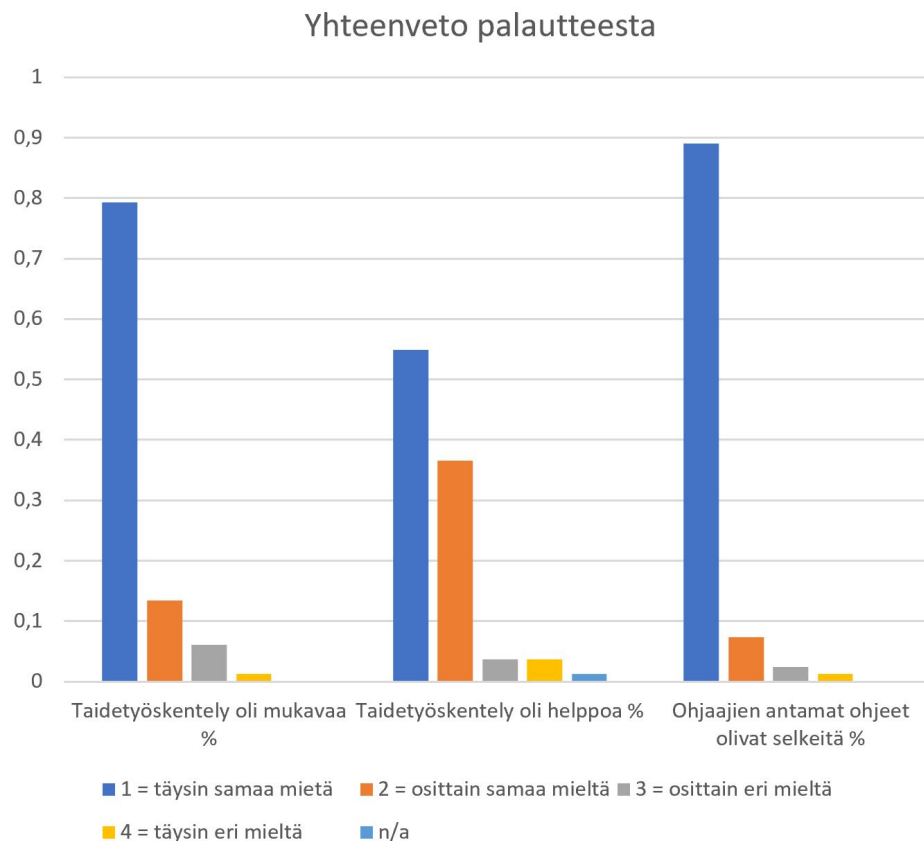
Kuvio 4: Taidetyöskentely oli helppoa

Kyselyn toinen väittämä oli “taidetyöskentely oli helppoa”. Väittämän kanssa täysin samaa mieltä oli 54,9% (n=45) ja osittain samaa mieltä 36,6% (n=30) vastaajista. Osittain tai täysin eri mieltä väittämän kanssa oli kuusi henkilöä, eli 7,3% vastaajista. Näistä kuudesta vastaajista puolet olivat osittain eri mieltä ja puolet täysin eri mieltä, eli molempiin väittämiin kuului kolme vastaajaa (3,7%). Tässä kysymyksessä vastauksien jakautuminen oli suurinta, mutta se tapahtuu lähinnä kahdessa ensimmäisessä vastausvaihtoehdossa. Mikäli tulokset luokittelee myönteisiin (täysin ja osittain samaa mieltä) ja kielteisiin (osittain ja täysin eri mieltä), on ensimmäisen ja toisen kysymyksen jakauma lähes identtinen. Kielteisiä vastauksia on molemmissa kuusi ja myönteisiä taas ensimmäisessä väittämässä 76 ja toisessa 75. Ero selittyy sillä, että yksi vastaaja ei vastannut lainkaan kysymykseen taidetyöskentelyn helppoudesta, vaikka vastasi kahteen muuhun kysymykseen.



Kuvio 5: Ohjaajien antamat ohjeet olivat selkeitä

Kolmas väittämä kyselyssä oli “ohjaajien antamat ohjeet olivat selkeitä”. 89% (n=73) kaikista vastaajista olivat väittämän kanssa täysin samaa mieltä ja 7,3% (n=6) osittain samaa mieltä. Ohjeistus on siis ollut osallistujien mielestä selkeää, sillä vain 3,7% (n=3) vastaajista on ollut osittain tai täysin eri mieltä väittämän kanssa. Vain yksi vastaaja (1,2%) on ollut täysin eri mieltä väittämän kanssa. Jaottelulla myönteisiin ja kielteisiin vastauksiin nähdään, että kahden aiempaan kysymykseen verrattuna tämän väittämän kohdalla kielteisten vastausten määrä on puoliintunut. Vastausten jakauma painottuu siis aiempaa selkeämmin myönteisiin vastauksiin, ja myös myönteisissä vastauksissa painottuu aiempia kysymyksiä vahvemmin vaihtoehto “täysin samaa mieltä”.



Kuvio 6: Yhteenveto palautteesta

Koska aineisto ja erityisesti kielteisten vastausten joukko on melko pieni, on mahdollista tarkastella kielteisiä vastauksia tarkemmin. Kuviossa seitsemän on eritelty kaikki ne vastaajat, jotka olivat vastanneet yhden tai useamman väitteen kohdalla joko osittain tai täysin eri mieltä. Kuviossa on mukana näiden 12 vastaajan vastaukset jokaiseen väittämään. 12 yksittäistä vastaajaa, eli 14,6 % vastaajista on siis antanut kielteisen vastauksen johonkin kysymykseen. Näistä 12 vastaajasta vain neljä oli antanut jollekin kysymykselle vastauksen “täysin eri mieltä”. Vain yksi vastaaja oli antanut kielteisen arvion kaikkiin väittämiin.

Näistä kielteisistä vastaajista kuusi oli eri mieltä taidetyöskentelyn mukavuuden kanssa, viisi osittain eri mieltä ja yksi täysin eri mieltä. Näistä kuudesta vastaajasta vain yksi oli osittain eri mieltä myös taidetyöskentelyn helppouden ja ohjeiden selkeyden kanssa. Vaikuttaisi siis, että kielteiset vastaukset taidetyöskentelyn mukavuuteen eivät korreloi mukavuuden tai ohjeiden selkeyden kanssa. Taidetyöskentelyä ei siis pidetty epämiellyttävänä muista syistä, vaan kokemus esiintyi itsenäisenä, muista vastauksista riippumattomana.

Kuusi vastaajaa oli eri mieltä taidetyöskentelyn helppouden kanssa, kolme osittain eri mieltä ja kolme täysin eri mieltä. Näistä kuudesta vastaajasta kaksi koki myös annetut ohjeet epäselviksi ja toinen näistä kahdesta arvioi myös taidetyöskentelyn epämiellyttäväksi. Kaksi

vastaajaa oli antanut myös avointa palautetta. Toinen kiitteli palautteessaan mukavasta yhteisestä työskentelystä ja toinen koki tekemisen olevan ajanhukkaa, koska oli mielestään huono siinä, eikä pitänyt tämänkaltaisesta tekemisestä. Mielenkiintoista kyllä, myöskään taidetyöskentelyn helppoudella ei vaikuta olevan vahvaa yhteyttä taidetyöskentelyn koettuun mukavuuteen, tai ohjeiden selkeyteen.

Vain kolme vastaajaa oli eri mieltä väittämän ”ohjaajien antamat ohjeet olivat selkeitä” kanssa, kaksi osittain eri mieltä ja yksi täysin eri mieltä. Näistä kolmesta vastaajasta kaksi oli eri mieltä myös taidetyöskentelyn helppouden kanssa ja yksi vastaaja puolestaan jätti vastaa-  
matta tähän väittämään. Olisi houkuttelevaa ja loogista päätellä, että mikäli vastaaja kokee annetut ohjeet epäselviksi, kokee hän todennäköisesti myös taidetyöskentelyn haastavaksi. Näin pienestä ja epätäydellisestä aineistosta asiaa ei kuitenkaan voi päätellä.

	Taidetyöskentely oli mukavaa	Taidetyöskentely oli helppoa	Ohjaajien antamat ohjeet olivat selkeitä
Vastaaja 1	3	2	1
Vastaaja 2	3	3	3
Vastaaja 3	1	-	3
Vastaaja 4	1	3	1
Vastaaja 5	2	4	1
Vastaaja 6	4	2	1
Vastaaja 7	3	2	2
Vastaaja 8	3	2	2
Vastaaja 9	2	4	4
Vastaaja 10	2	3	1
Vastaaja 11	1	4	2
Vastaaja 12	3	2	2

Taulukko 1: Kielteiset vastaukset

Vastauksissa oli jonkin verran hajontaa myös eri toimintakertojen välillä (kts. liite 1). Eri taidetoimintojen vaikutusta tuloksiin on mahdotonta eritellä, sillä kaikki työt on toteutettu eri ryhmille. Näin ollen ei voida sanoa, että jokin työ olisi mieluisampi kuin toinen. Lisäksi ryhmät olivat hyvin eri kokoisia ja osallistujien toimintakyky oli ryhmästä toiseen varsin erilainen. Suurissa ryhmissä (kuvioitu lehti, avaruus ja planeetat, tähtitaivas ja revontulet) osa hajonnasta voi johtua siitä, että kovin yksilöllistä ohjausta ei ollut mahdollista tarjota kaikille osallistujille. Toisaalta myös ryhmien yleinen tunnelma ja yhteishenki voi vaikuttaa tuloksiin, kuten esimerkiksi suurimman ryhmän (avaruus ja planeetat) tulokset viittaavat. Ryhmässä oli suhteellisesti vähemmän kielteisiä vastauksia, kuin muissa suurissa ryhmissä, vaikka osallistujia oli 26.

Kaikkiaan 65,8% (n=54) vastaajista jätti avointa palautetta. Suurin osa palautteesta (47 vastaajaa) sisälsi kiitoksia ja kommentteja mukavasta työskentelystä, esimerkiksi ”Täydet 10 pistettä. Kiitos!”, ”Tosi mukavaa vaihtelua ja ilon kautta - kiitos!” ja ”Aivan ihana työskennellä näin. Kiitos!”. Kahdeksassa kommentissa kiiteltiin ohjaajia ja/tai annettujen ohjeiden selkeyttä, esimerkiksi ”Ohjaajien ohjeet olivat erinomaiset, selvät ja rauhalliset” ja ”Kiitos innostuneille ohjaajille”.

Kahdessa palautteessa aihe ei liittynyt itse toimintakertaan, vaan toinen sisälsi palautetta ryhmän yleisestä ohjelmasta ja toinen taas oli signeeraus osallistujan tekemästä taidetyöstä. Kaksi osallistujaa antoi kiitoksensa runomuodossa, esimerkiksi ”Olipa mukava taidetyö, kun päivän pimentää tumma yö. Iloa taide meille antaa. Synkeydessä kantaa.”.

Viidessä palautteessa oli kielteinen sisältö, niistä kahdessa koettiin omat taidot riittämättömiksi, yhdessä palautteessa toivottiin puheensorinan keskeyttämistä, jotta ohjeet kuulisi paremmin, yhdessä toivottiin osallistujia kohdeltavan aikuisina ihmisinä vanhusten sijaan ja yhdessä viitattiin osallistujan näkövammaan haitanneen työskentelyä. Esimerkkejä kielteisistä palautteista: ”Ei minusta ole taiteilijaksi, pienet koululaiset tekevät paremmin”, ”Näkövaikeus esti itsenäisen työskentelyn mutta mukana olin” ja ”Vaikka olemme ryppyisiä vanhuksia meitä voi ohjeistaa kuin aikuista”.

Opinnäytetyön ensimmäinen tavoite oli tuottaa selkeät ja laadukkaat ohjeet kuvallisten työskentelymenetelmien toteuttamiseen. Osallistujien palautekyselyn kolmas kohta, ”ohjaajien antamat ohjeet olivat selkeitä”, antaa tietoa tavoitteen toteutumisesta. Vastaajista 96,2% (n=79) oli joko täysin tai osittain samaa mieltä väittämän kanssa. Voidaan siis katsoa, että ensimmäinen tavoite saavutettiin.

Opinnäytetyön toinen tavoite on kuvata ikäihmisten kokemuksia taidetyöskentelystä. Tähän kysymykseen vastaavat kyselyn kaksi ensimmäistä kysymystä, eli ”taidetyöskentely oli mukavaa” ja ”taidetyöskentely oli helppoa”. Myös tämän kysymyksen kohdalla vastaukset ovat pääsääntöisesti myönteisiä. Väittämän ”taidetyöskentely on mukavaa” kanssa täysin tai osittain samaa mieltä oli 92,7% (n=76) vastaajista. Väittämän ”taidetyöskentely on helppoa” kanssa täysin tai osittain samaa mieltä oli 91,5% (n=75) vastaajista. Voidaan siis päätellä, että taide työskentely koettiin mukavaksi ja helpoksi.

## 5.2 Ohjaajien palaute

Kaikissa ryhmissä oli paikalla myös ryhmän varsinainen ohjaaja. Ryhmän ohjaaja oli neljässä ryhmässä sama henkilö, eli suurimman osan palautteesta saimme heiltä suullisesti tai kirjallisesti. Yhteinen tekijä ohjaajilta saadussa palautteessa oli ilo siitä, että kaikki ryhmäläiset

osallistuivat niin innokkaasti työskentelyyn. Toki osassa ryhmistä tämä oli ohjaajan mukaan odotettavissakin ryhmän positiivisen yhteishengen vuoksi. Varsinaiset ohjaajat huomioivat myös osallistujien antaman palautteen: ikäihmiset kokivat ylittäneen itsensä, kertoivat saaneensa uuden ulottuvuuden omiin kykyihin ja osaamiseen, kertoivat alkujännityksestä ja lopputuloksen herättämästä ihastuksesta. Osallistujat saivat hyvää mieltä ja olivat virkistyneitä, he olivat innostuneita ja työskentely toi positiivista virettä.

Ohjaajilta saimme käytännön vinkkejä ryhmän ohjaamisesta muun muassa äänen käytöstä. Ohjaajan äänenkäytön tulee olla kuuluvaa, puhetempoa tulee hidastaa ja artikulointia tehostaa senioreiden kanssa työskennellessä. Kaikissa ikäihmisten ryhmissä on heikkokuuloisia.

Koska kolme viidestä ryhmästä oli hyvin suuria, korostui näiden ryhmien kohdalla palautteessa myös se, että taidetoimintaa ylipäättään oli mahdollista toteuttaa suurelle ryhmälle. Tyypillisesti taidetoimintaa toteutetaan pienemmille, noin 5-12 hengen ryhmille. Selkeästi ohjeistettut ja vaiheistetut työt toimivat kuitenkin myös yli 20 hengen ryhmille. Suunnitellut työt eivät kuitenkaan olleet liian yksinkertaisia pienemmille ryhmillekään, vaan tällöin toiminnassa voitiin keskittyä enemmän yhteiseen keskusteluun ja tekemisen leppoisampaan rytmiin. Keskustelua virisi muun muassa lapsuuden luontokokemuksista.

### 5.3 Itsearviointi

Havaitsimme, että suurissa ryhmissä työskentelyn valmistelemisen on äärimmäisen tärkeää. Jokainen työvaihe tulee miettiä erityisen tarkasti, jotta ryhmä etenisi mahdollisimman samantahteisesti, eikä aika loppuisi kesken. Myös ohjaajien välisen työnjaon on tärkeää olla mahdollisimman selkeää ja sujuvaa, jotta toinen voi valmistella jo seuraavaa vaihetta, kun toinen antaa ohjeita ja näyttää työvaiheen. Työskentelytila ja materiaalit tulee järjestellä valmiiksi ennen ryhmän alkua, jotta tunnelmaa säilyy kiireettömänä. Aikaa kuluu myös loppusiivoukseen. Alun perin oletimme, että käytettävissä on 1,5 tuntia, jonka ryhmä kestää mutta selvisikin, että jokaisen ryhmäkerran alussa on kahvitelulle varattu puoli tuntia. Jouduimme tiivistämään suunniteltua työskentelytahtia ja vaiheista toiseen siirtymisiä mutta onnistuimme mielestämme säilyttämään rauhallisen tunnelman ohjauksessa. Yhteiselle loppukeskustelulle olisi ollut mukava saada enemmän aikaa.

Ohjaajien omalla asenteella vaikutti olevan suuri merkitys myös ryhmän osallistumiseen. Koska emme tiedneet tulevista ryhmistä ja niiden osallistujista juuri mitään, emme myöskään olleet huolissamme siitä, että osa ryhmistä saattaisi suhtautua taidetyöskentelyyn varautuneesti. Tämä on todennäköisesti auttanut myös meitä toimimaan positiivisesti ja innostavasti, joka puolestaan on helpottanut ryhmäläisten osallistumista. Saimme ryhmän ohjaajalta ennen toiminnan aloittamista vinkin, että termi ”taide” voi aiheuttaa haastavia mielle yhtymiä ja sen

sijaan toiminnan kutsuminen “kuvallista aivojumpaksi” tai “mielen virkistämiseksi” voisi olla toimivaa. Tartuimme tähän neuvoon ja saimme lähes poikkeuksetta hyvän vastaanoton esitellämme tulevaa toimintakertaa. Tämä neuvo lienee käyttökelpoinen muissakin, kuin senioriryhmissä, sillä sana “taide” voi tarkoittaa ihmisille esimerkiksi teknisesti vaativia toteutuksia, tai jotakin, jota he eivät osaa.

Toisaalta ennakkotietojen vähyys tuotti meille myös muutamia yllätystilanteita kesken ohjauksen. Koska emme tienneet osallistujien toimintarajoitteista, emme voineet huomioida niitä yksilöllisesti etukäteen. Toisaalta tämäkin oli osittain positiivinen asia, sillä se pakotti meidät suunnittelemaan sellaisia taidetöitä, jotka sopisivat mahdollisimman moniin toimintarajoitteisiin. Ryhmissä oli osallistujia, joilla oli esimerkiksi näkövamma, muistisairaus, kuulovamma, tuoksuyliherkkyys tai allergia, vapinaa tai muita motorisia haasteita. Yksikään näistä rajoitteista ei estänyt osallistumista toimintaan, mutta muutamassa tapauksessa se edellytti avustajan käyttöä. Näissä tilanteissa ryhmän varsinainen ohjaaja avusti ryhmäläistä niiltä osin, kuin se oli tarpeellista. Oli ilahduttavaa nähdä, että ryhmään osallistujat auttoivat myös toinen toisiaan esimerkiksi paperin teippaamisessa alustaan, joka osoittautui osalla melko haastavaksi työvaiheeksi heti alkuun. Todennäköisesti toimintarajoitteet ovat jossain määrin näkyneet myös ryhmäläisten antamissa palautteissa, esimerkiksi työskentelyn helppouden tai mukavuuden kohdalla.

## 6 Eettisyys ja luotettavuus

Opetusministeriön asettaman tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeiden mukaan hyvien tieteellisten menettelytapojen noudattaminen takaa parhaiten tutkimuksen luotettavuuden ja uskottavuuden. Eettisesti toteutetun tutkimuksen edellytyksenä on tieteellinen tieto, taito ja hyvät toimintatavat. Hyvään tieteelliseen toimintatapaan kuuluu muun muassa noudattaa työskentelyssä rehellisyyttä, huolellisuutta ja tarkkuutta. Tutkimus tulee olla suunniteltu, toteutettu ja raportoitu tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten edellyttämällä tavalla. Tutkimusetiikka on läsnä koko tutkimusprosessin ajan. (Kuula, 2011.)

Opinnäytetyömme eettisyyden ja luotettavuuden arvioinnissa nojaudumme ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettisiin suosituksiin. Kun tutkimuksen kohteena on organisaatio, sen toiminta tai edustajat, on toiminnalle syytä hakea tutkimuslupa organisaatiolta. (Arene 2018.) Tutkimuksellemme myönnettiin tutkimuslupa Vanhustyön keskusliiton johdolta.

Sosiaalialalla eräs keskeisin eettinen periaate liittyy ihmisiin kohdistuvaan tutkimukseen. Tällöin tutkimusta tehdessä on otettava huomioon tutkittavien oikeudet ja hyvä kohtelu, henkilötietojen käsittely ja yksityisyydensuoja. Tutkittavien oikeudet ja hyvä kohtelu lähtee liikkeelle siitä, että jokaisella on mahdollisuus osallistua tutkimukseen vapaaehtoisesti. (Arene

2018.) Palautteen kerääminen tapahtui ryhmässä, johon osallistuminen on kaikille vapaaehtoista. Toisaalta osallistujat eivät etukäteen tienneet, mitä meidän ohjauskerroillamme tapahtuu, joten heidän ei myöskään ollut mahdollista pohtia osallistumistaan etukäteen. Tämä oli tietoinen valinta ryhmien varsinaisilta ohjaajilta, jotta etukäteismielikuvat taidetoiminnasta eivät nostaisi osallistumisen kynnystä liian korkeaksi. Jokaisen taidetyöskentelykerran alussa esittelimme itsemme ja kerroimme taidetyöskentelyn ja kyselylomakkeen liittyvän opinnäytetyöhömmme. Kyselylomakkeiden tietojen käsittelystä kerrottiin myös itse kyselylomakkeella. Jokaisen ryhmäläisen oli mahdollista kieltäytyä osallistumasta toimintaan, ja muutama myös teki niin. Opinnäytetyön prosessin aikana on kunnioitettu ihmisten itsemääräämisoikeutta.

Henkilötietojen käsittelyä määrittelevät eettisten ohjeiden lisäksi esimerkiksi EU:n tietosuoja-asetus. Henkilötietojen käsittelyyn kytkeytyy myös yksityisyyden suoja tutkimuksessa. Tässä opinnäytetyössä emme käsitelleet henkilötietoja, sillä osallistujien palaute kerättiin nimettömästi, eikä meillä ollut tiedossa osallistujien nimiä tai muita henkilötietoja. Palautteen antaminen oli myös vapaaehtoista. Palautteen tietojen käsittelystä kerrottiin osallistujille suullisesti ja lisäksi samat tiedot lukivat myös palautelomakkeessa. Yksityisyydensuoja toteutui osin sitä kautta, että meillä ei ollut tiedossa osallistujien henkilötietoja. Tämän lisäksi pyrimme ottamaan yksityisyydensuojan huomioon myös tulosten analysoinnissa, käsittelyssä, sekä havaintojen käsittelyssä opinnäytetyöraportissamme. Osallistujia tai ryhmiä ei mainita missään vaiheessa nimeltä, tai kuvailla tunnistettavilla tavoilla. Samoin myös havaintoja ei esitetä tunnistettavasti, vaan pohdinta on pyritty pitämään ryhmätasolla.

Eettisyyteen ja luotettavuuteen liittyy kiinteästi myös kerättyjen tietojen käsittely. Vaikka pyrimme häivyttämään tutkimusasetelman subjektiivisuutta nojautumalla osallistujilta kerättyyn palautteeseen, olemme kuitenkin rikastaneet tulosten analyysia ja pohdintaa myös omilla havainnoillamme ja tulkinnoillamme. Myös taidetöiden suunnittelu ja muokkaus havaintojemme pohjalta on lähtökohtaisesti subjektiivista, sillä teoreettinen viitekehysemme ei tarjonnut suoria ohjenuoria tämänkaltaisen oppaan laatimiseen. Uuden toiminnan kehittämisessä ei voitane täysin välttyä subjektiivisuudelta, mutta sen rooli on tiedostettava ja tuotava esille tutkimusraportissa. Lisäksi tehdyt päätökset tulee pohjata mahdollisimman vahvasti sekä teoreettiseen viitekehykseen, että mahdollisimman objektiiviseen tietoon.

Kerättyjen tietojen eettinen käsittely liittyy myös esimerkiksi kerättyjen palautelomakkeiden fyysiseen käsittelyyn. Tietoja on säilytetty omassa kansiossaan ja niiden digitaaliseen muotoon muuntaminen on tehty äärimmäistä tarkkuutta käyttäen. Kirjatut tulokset on tarkistettu kaksi kertaa, jotta näppäilyvirheitä ei ole tapahtunut.



## 7 Pohdinta

Opinnäytetyö antoi paljon kokemusta taidetyöskentelystä ikäihmisten kanssa. Käytännön työskentely oli opettavaista ohjauksen ja tämän kohderyhmän suhteen, ja siitä on varmasti hyötyä myös tulevaisuudessa. Projektin aikana kehityimme ohjaajina ja kartutimme vanhustyön osaamista taidetyöskentelyn näkökulmasta. Tutustumalla vanhuuteen ikäkautena saimme hyvää pohjatietoa taidetyöskentelyn suunnitteluun.

Ohjatessa oli ilo huomata, kuinka suurin osa ryhmiin osallistuneista ikäihmisistä nautti tekemisestä ja työskentelyn lopputuloksesta. Työskentelytilan täytti yleensä iloinen puheensorina, kun osallistujat jakoivat asioitaan ja tuntemuksiaan taidetyöskentelyn lomassa ja usein kehuivat toistensa töitä. Havaintomme ovat siis erisuuntaisia, kuin vanhuuteen usein yhdistetyt mielikuvat muun muassa kielteisyydestä, joita esimerkiksi Kan ja Pohjola (2012, 18) ovat tunnustaneet. Ryhmässä työskentely mahdollistaa ajatusten jakamisen ja yhteyden tunteen kokemisen. Ohjauksessa tuli esille, miten taidetoiminta herätti osallistujissa innostusta, luovuutta ja toi esiin uusia taitoja. Moni osallistuja kertoi esittelykierröksellä tai työskentelyn lomassa, että ei ole piirtänyt tai maalannut vuosikymmeniin. Osalla löytyi taustalta ikäviä kokemuksia kouluaikojen kuvataideopetuksesta. Tällä taidetyöskentelyllä pystyimme toivottavasti tarjoamaan korjaavan kokemuksen kuvantekemisessä. Ylipäättään ohjaamamme taidetyöt vaikuttivat tukevan aktiivisen vanhenemisen ajatusta. Toiminnallisuus on keskeistä sekä psyykkisen, fyysisen, että sosiaalisuuden aktiivisuuden säilymiselle. (Kan & Pohjola 2012, 19-20.)

Tulosten perusteella suunniteltua taidetyöskentelykokonaisuutta ja sen ohjeistusta voidaan pitää onnistuneena. Taidetyöskentelyä pidettiin yleisesti mukavana, joten voitaneen olettaa, että sillä on jonkinlainen positiivinen vaikutus osallistujiin. Taidetyöskentelyä pidettiin pääsääntöisesti helppona. Se on tärkeää etenkin sellaisille osallistujille, joilla ei ole taidetaustaa, jotta heille syntyy onnistumisen kokemuksia. Taidetyöt oli suunniteltu niin että jokainen voi kokea onnistuvansa ja soveltaa omaa taiteellista näkemystään omien valintojensa kautta. Toisaalta taas voidaan myös ajatella, että sopivasti haastava tekeminen stimuloi osallistujia enemmän ja voi tarjota myös voimakkaampia mielihyvän kokemuksia. Taidetöiden ohjeistusta pidettiin yleisesti myös selkeänä, mikä olikin opinnäytetyön keskeinen tavoite. Huolimatta positiivisista tuloksista ei opinnäytetyömme perusteella kuitenkaan voida arvioida esimerkiksi taidetyöskentelyn vaikutuksia ryhmän keskinäisiin suhteisiin tai yksilöiden hyvinvointiin, vaikka aikaisempien tutkimusten perusteella siitä onkin olemassa näyttöä (mm. Huhtinen-Hildén & Karjalainen 2019, Laitinen 2017).

Huomioitavaa toteutuksissa on myös se, että työskentelyssä käytettiin oikeita taidemateriaaleja ja tekniikoita. Tekeminen ei siis rinnastunut askarteluun, vaan kyseessä oli taiteen tekeminen. Materiaali- ja toteutustapavalinnoilla mahdollistettiin myös esteettinen lopputulos ja sitä kautta onnistumisen kokemus. Vaikka vältimme jossain määrin termin ”taide”

käyttämistä, oli kyseessä kuitenkin taidetyöskentely, joka ei kalpene esimerkiksi taidekurssien tai -harrastajien tekemiselle.

Taidetöiden suunnittelu vaati paljon aikaa ja taustatyötä. Teemaan sopivien taidetöiden etsiminen ja muokkaaminen ikääntyneiden kohderyhmälle oli työmäärältään iso. Taidetöiden suunnittelussa tuli ottaa huomioon monta asiaa; kohderyhmän toimintarajoitteet, työskentelyyn käytettävissä oleva aika, töiden onnistumisvarmuus, työvälineiden vaihtelevuus, lopputuloksen esteettisyys ja käytettävien materiaalien kustannukset. Töiden toteuttaminen tuli olla monivaiheista, jotta pystyimme ohjaamaan ne vaihe kerrallaan. Taidetöiden tuli myös olla tarpeeksi erilaisia verrattuna toisiinsa. Käytimme eri töissä samoja materiaaleja, mutta niitä pyrittiin käyttämään eri tavoilla, jotta se tuo vaihtelua työskentelytapaan ja lopullisen taidetyön ulkonäköön. Samojen materiaalien käyttö pitää myös taidemateriaalihankintojen kustannukset kohtuullisena, minkä koimme tärkeäksi.

Opas jättää sijaa monille jatkotutkimusmahdollisuuksille. Olisi mielenkiintoista tutkia oppaan käyttökelpoisuutta tarkemmin esimerkiksi tarkastelemalla miten helppoa taidetöiden ohjaaminen on sellaisille ohjaajille, joilla ei ole juurikaan aiempaa taidekokemusta. Havainnoinnin ja palautteen perusteella voitaisiin selvittää madaltaako opas kynnystä ohjata taidetöitä ja ovatko taidetöiden ohjeet riittävän selkeät.

Toinen kiinnostava jatkotutkimusmahdollisuus olisi selvittää, miten taidetyöt toimivat kokonaisuutena. Kun oppaan taidetyöt toteutettaisiin samalle ryhmälle tai useammille ryhmille, voitaisiin arvioida luontoteemaa kokonaisuutena, sekä tarkastella intensiivisemmän taidetyöskentelyn vaikutuksia ryhmään ja yksilöiden hyvinvointiin.

Kolmas kiinnostava jatkotutkimuskohde olisi selvittää, miten taidetyöt voitaisiin liittää osaksi laajempaa luontoteemaista toimintaa vanhustoiminnan ryhmissä. Työt voitaisiin yhdistää esimerkiksi luontoretkiin, luontomuisteluihin tai moniaistiseen luontotoimintaan. Luontoihteet koetaan yleensä hyvää mieltä tuottaviksi iästä, sukupuolesta ja taustasta riippumatta.

## Lähteet

### Painetut

Heikkinen, E. & Marin, M. 2003. Vanhuuden voimavarat. Tammi, Helsinki.

Huhtinen-Hildén, L. & Karjalainen, A. 2019. Luova toiminta siltana itseen, toisiin ja osallisuuteen. Teoksessa Karjalainen A. (toim.) Luovan toiminnan työtavat. Käsikirja sosiaali- ja terveysalalle. PS-kustannus. E-kirja.

Kan, S. & Pohjola, L. 2012. Erikoistu vanhustyöhön. Sanoma Pro Oy, Helsinki.

Koivula, K. 2013a. Arvon ansaitsette. Ikäihmisten ohjaajan virikekirja. Programmes KK & Co, Forssa.

Koivula, K. 2013b. Iltamme iloksi. Ikinuorten virikekirja. Programmes KK & Co, Forssa.

Kuula, A. 2011. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Vastapaino. E-kirja.

Kuusinen, J. & Paloniemi, S. 2003. Kasvatusgerontologian teoriaa ja käytäntöä. Teoksessa Heikkinen E. & Marin, M. (toim.) Vanhuuden voimavarat. Tammi, Helsinki.

Peräniitty, A-K.(toim.) 2019. Kohtaamistaiteen taidemenetelmiä. Suomen Kohtaamistaide ry, Helsinki.

Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Näkökulmia kehittämisprosessiin, osallistamiseen ja tiedontuotantoon. Tampereen yliopistopaino Oy, Tampere.

Vilka, H. 2007. Tutki ja mittaa: määrällisen tutkimuksen perusteet. Tammi, Helsinki.

Vilka, H. & Airaksinen T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Kustannusosakeyhtiö Tammi, Helsinki.

### Sähköiset

Arene 2018. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Viitattu 20.4.2019. <http://www.arene.fi/uutiset/ammattikorkeakoulujen-opinnaytetoiden-eettiset-suositukset/>

Huhtinen-Hildén, L. & Lamppu, M. (toim.) 2018 Odottamattomia aarteita. Ilmaisua, leikkisyyttä, leikkisyyttä ja luovaa toimintaa ryhmässä. Metropolia ammattikorkeakoulu. Viitattu 23.2.2019. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/152798/2018\\_huhtinen\\_hil-den\\_lamppu\\_odottamattomia\\_aarteita\\_ERILLISJULKAISU.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/152798/2018_huhtinen_hil-den_lamppu_odottamattomia_aarteita_ERILLISJULKAISU.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Jämsén, A. & Kukkonen, T. 2017. Ikäystävällinen yritys - Senioriasiakkaat tulevat! Karelia ammattikorkeakoulu. Viitattu 23.2.2019. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/124619/B50.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Laitinen, L. 2017. Vaikuttavaa? Taiteen hyvinvointivaikutusten tarkastelua. Turun ammattikorkeakoulu. Viitattu 23.2.2019. <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522166166.pdf>

Routasalo, P., Toivonen, H. & Rautiainen, M. (toim.) 2013. Hyvä arki vanhukselle. Voimavarojen aktivoiminen taidelähtöisillä menetelmillä. Turun ammattikorkeakoulu. Viitattu 23.2.2019. <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163547.pdf>

Rysti, M., Jekunen, S. & Nystedt, A-M. 2014. Tartu hetkeen virikekäsikirja. Viitattu 24.4.2020. [https://www.espoo.fi/fi-FI/Tartu\\_hetkeen\\_virikekasikirja\\_ikaantynei\(53058\)](https://www.espoo.fi/fi-FI/Tartu_hetkeen_virikekasikirja_ikaantynei(53058))

Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turun ammattikorkeakoulu. Viitattu 9.4.2020. <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2019. Mitä toimintakyky on? Viitattu 29.10.2019. <https://thl.fi/fi/web/toimintakyky/mita-toimintakyky-on>

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2019. Luovat menetelmät vahvistavat osallisuutta. Viitattu 23.2.2019. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-edistamisen-mallit/luovat-menetelmat-vahvistavat-osallisuutta>

Vanhustyön keskusliitto (2019) Viitattu 9.9.2019. <https://vtkl.fi/liitto>

Vilhunen, A-L. 2014. Taidetta ja pullakahvia - taidetoiminnan opas muistisairaiden hoitajille. Viitattu 24.4.2020. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/140471/D67\\_9789524932226.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/140471/D67_9789524932226.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

## Kuviot

Kuvio 1: Kehittämistoiminnan konstruktivistinen malli (Salonen 2012) .....	12
Kuvio 2: Toimintatutkimuksen spiraalimalli (Toikko & Rantanen 2009, 67; alkujaan mm. Lewin 1948; Carr & Kemmis 1986) .....	14
Kuvio 3: Taidetyöskentely oli mukavaa .....	19
Kuvio 4: Taidetyöskentely oli helppoa .....	19
Kuvio 5: Ohjaajien antamat ohjeet olivat selkeitä .....	20
Kuvio 6: Yhteenveto palautteesta .....	21

## Taulukot

Taulukko 1: Kielteiset vastaukset .....	22
---	----

## Liitteet

Liite 1: Tarkemmat kuvaukset taidetöistä sekä toteutetuista ohjauskerroista .....	33
Liite 2: Kuvataidetyöskentely ikääntyneiden kanssa - opas ohjaajille .....	38

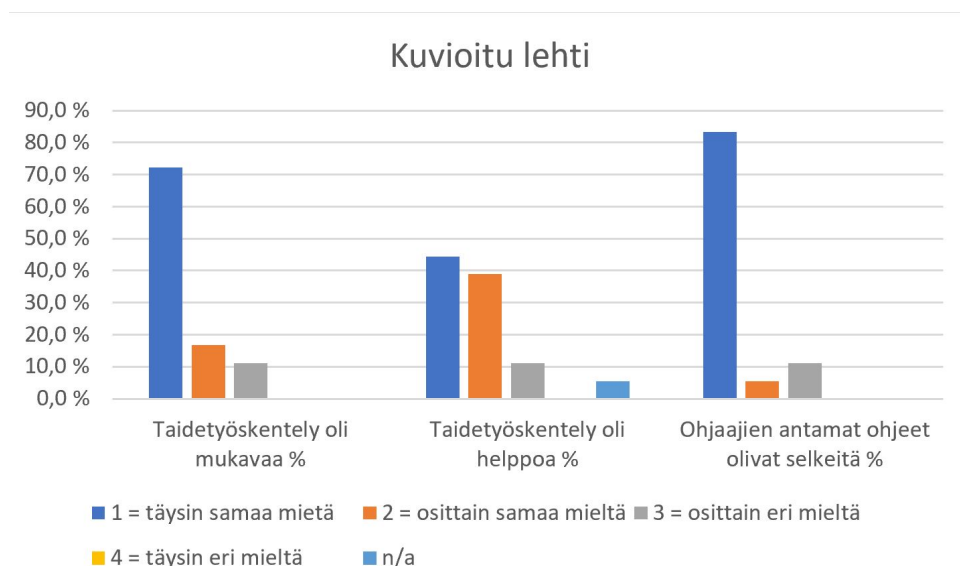
## Liite 1: Tarkemmat kuvaukset taidetöistä sekä toteutetuista ohjauskerroista

### Kuvioitu lehti

Kuvioitu lehti -työssä alustaan teipatulle paperille piirretään käsivaraisesti tai sabluunan avulla lehden ääriiviivat. Ääriviivojen ulkopuolinen tila maalataan musteella. Lehti väritetään öljypastelliliiduilla. Osallistuja voi valita haluamansa vaalean värin, jolla väritetään ensimmäinen kerros. Työtä jatketaan astetta tummemmilla liiduilla, joilla peitetään osaksi ensimmäistä värikerrosta. Lopuksi kaivertimen avulla kaivetaan esiin eri kerroksien sävyjä.

Tarvittavat materiaalit: A4-kokoista akvarellipaperia, mustetta, siveltimiä, öljypastelliliidut, lyijykyniä, sabluunat, maalarinteippiä, kaivertimia (esimerkiksi hammastikkuja), hiustenkuivaaja edistämään värien kuivumista.

Ensimmäinen ohjauskerta toteutettiin ryhmässä, jossa oli 18 osallistujaa. Kaikki osallistujat olivat naisia. Toimintakerran alussa ryhmässä nautittiin yhdessä kahvia ja pullaa, jonka jälkeen käytiin nimikierros. Nimikierroksen yhteydessä jokainen osallistuja kertoi myös oman lempipuunsa tai -kasvinsa. Työskentely sujui aikataulussa ja suurimmaksi osaksi hyvin. Ryhmässä oli kaksi osallistujaa, joille työskentely oli haastavaa, toiselle hienomotoriikan ja toiselle huononäköisyyden vuoksi. Vierustoverit auttoivat näitä henkilöitä, mutta suureksi osaksi he pystyivät tekemään työnsä itse. Lopuksi jokainen esitteli työnsä ja kertoi lyhyesti, milaista sen tekeminen oli. Kaikki osallistujat istuivat saman pitkän pöydän ääressä. Taidetyön eri työvaiheet näytettiin pöydän kummassakin päässä samanaikaisesti.

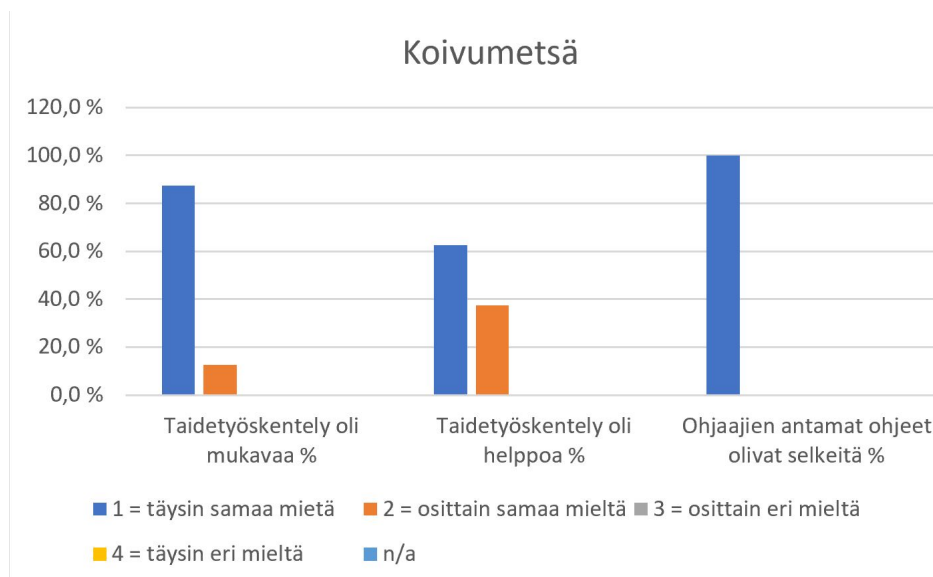


### Koivumetsä

Koivumetsä maalataan alustaan teipatulle paperille pahvin paloilla ja siveltimillä. Pohja täytetään muutamalla eri akryylivärillä ja niiden sekoiteväreillä. Taustakerroksen kuivuttua päälle maalataan siveltimellä ja valkoisella akryylivärillä kolme koivun runkoa. Runkojen päälle maalataan pahvilla ja mustalla värillä puun pinnan yksityiskohtia. Teipit poistetaan työn kuivuttua.

Tarvittavat materiaalit: A4-kokoista akvarellipaperia, akryylivärit, pahvin paloja ja siveltimiä, maalarinteippiä, hiustenkuivaaja edistämään värien kuivumista.

Ohjauskerta toteutettiin ryhmässä, jossa oli 8 osallistujaa. Ryhmän pienestä koosta johtuen toteutuksen aikataulu oli melko väljä ja aikaa keskustelulle jäi enemmän. Lisäksi ryhmäläisten toimintakyky oli hyvä. Ryhmä käynnistyi kahvihetkellä, jonka jälkeen olevalla nimikierroksella jokainen kertoi oman lempipuunsa. Työskentely ja ohjeistus oli ryhmässä sujuvaa. Yksi osallistuja oli osan aikaa auttamassa pulaan joutunutta lasta kokoontumistilojen vieressä, mutta hän sai tästä huolimatta työnsä tehtyä. Lisäksi paikalla oli osan aikaa henkilö, joka ei halunnut osallistua taidetyöskentelyyn. Tämä henkilö oli paikalla arviolta vain 20 minuuttia ohjauskerran alkupuolella. Yhdelle osallistujista taidetyöskentelyyn liittyvä päätöksenteko oli hieman haastavaa, mutta myös hän sai työnsä tehtyä. Palaute osallistujilta oli hyvin positiivista, moni kertoi kokeneensa itseään yllättänyttä onnistumista lopputuloksen suhteen. Osallistujilla saattoi edellisestä taidetyöskentelystä olla kymmeniä vuosia aikaa.



### Avaruus ja planeetat

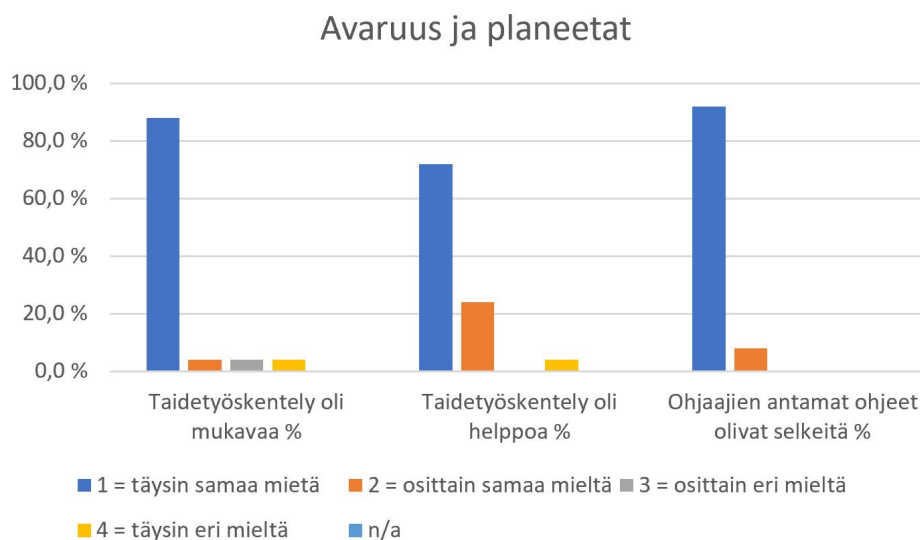
Avaruus ja planeetat -työ aloitetaan maalaamalla kahdella eri vesivärillä tasainen liukuväri A4-kokoiselle paperille. Kun väri on kuivunut, leikataan paperista kaksi tai kolme erikokoista pyöreää kuviota irti. Pyöreiden kuvioden piirtämiseen voi käyttää apuna sabluunaa, pyöreitä lautasia tai kansia. Irti leikatut kuviot liimataan mustalle kartongille planeetoiksi. Tähtitaivas



tehdään lopuksi valkoisella maalitussilla tai pirsrottamalla siveltimestä valkoista akryyliväriä koko työn päälle.

Tarvittavat materiaalit: A4-kokoista akvarellipaperia, A4-kokoista mustaa kartonkia, vesivärit, siveltimiä, lyijykyniä, pyöreät sabluunat, paperiliimaa, valkoinen akryyliväri tai valkoinen maalitussi, hiustenkuivaaja edistämään värien kuivumista.

Ohjauskerta toteutettiin senioritoiminnan suurimmassa ryhmässä, jossa oli paikalla 26 henkilöä. Käytössä oleva tila oli melko pieni suhteessa osallistujamäärään. Ohjauskerta alkoi kahvihetkellä, jonka jälkeen nimikierroksen yhteydessä jokainen osallistuja kertoi myös, mikä taivaankappale tai taivaalla näkyvä sääilmiö on heille mieluisa tai kuvastaa heitä itseään. Ohjauksen helpottamiseksi osallistujat jaettiin kolmeen pöytään istumaan ja jokaiselle pöydälle ohjeistettiin ja näytettiin kaikki vaiheet erikseen. Haastetta toimintaan toi osallistujamäärän ja pienen tilan aiheuttama meluisuus ja osallistujien eritahtisuus. Lisäksi paikalla oli kaksi erittäin heikkonäköistä osallistujaa. Toisaalta pöydät toimivat hieman joukkueen tapaan ja osallistujat auttoivat vierustovereita ja keskustelivat taidetyöskentelyn lomassa vilkkaasti. Ohjauskerta venyi hieman yliajalle, mutta lopussa töiden esittelykierros ehdittiin silti pitää pöytäkohtaisesti.



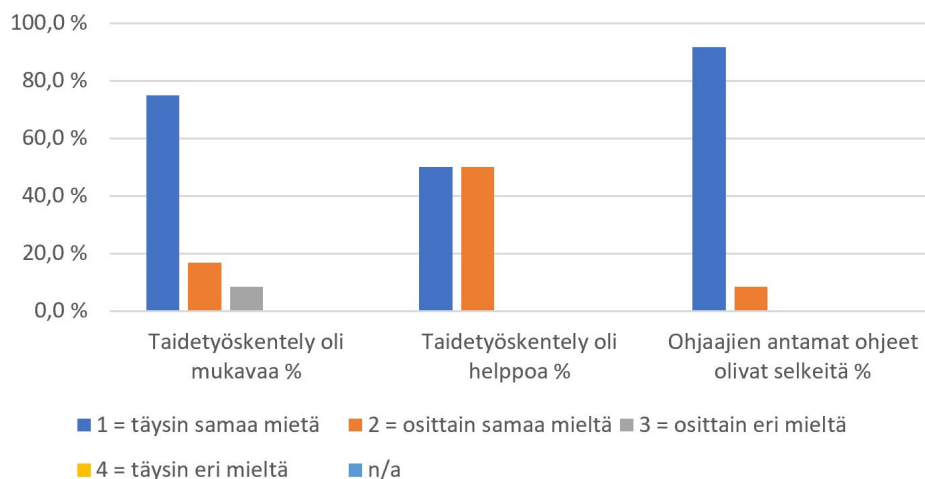
### Puro niityllä

Puro niityllä -työ toteutetaan monotypia -grafiikkana. Osallistuja maalaa valitsemillaan akryyliväreillä keramiikkalaatalle tai kalvolle yksinkertaisen niittymaiseman, jonka keskellä kulkee puro. Maalaamiseen voidaan käyttää siveltimien lisäksi esimerkiksi pahvin paloja, kertakäyttöhaarukoita ja -veitsiä joilla saa luotua erilaista struktuuria väripintaan. Valmis työ painetaan A4 -kokoiselle paperille.

Tarvittavat materiaalit: A4-kokoista akvarellipaperia, keramiikkalaattoja tai kalvoja, akryyli-  
värit, siveltimiä, erilaista piirtimiä, hiustenkuivaaja edistämään värien kuivumista.

Ryhmässä oli 12 osallistujaa, ja he kokoontuivat hyvin suuressa tilassa. Kaikki istuivat saman  
pöydän ääressä. Alun kahvihetken jälkeen osallistujat kertoivat nimikierroksella lempivesis-  
tönsä. Heti ohjeistuksen alussa eräs osallistuja kertoi saavansa allergisia oireita käytössä ole-  
vista akryylimaaleista. Hän halusi siirtyä työskentelemään viereiseen pöytään kauemmas maa-  
leista. Hänelle esiteltiin erilaisia vaihtoehtoisia toteutustapoja, kuten vesivärit ja öljypastelli-  
liidut. Hän valitsi liidut ja toteutti niillä mukautetun version jokimaisemasta. Ryhmässä oli  
yksi jäsen, jolle työskentely vaikutti olevan epämukavaa tai epämieluisia. Hän ehti rypistää  
oman työnsä ennen esittelykierrosta, mutta hänen suhtautumisensa tuntui pehmentyvän kier-  
roksen aikana. Hän kertoi lopuksi, että hänen taustansa on luovilla aloilla, joten on mahdol-  
lista, että voimakkaan strukturoitu työskentely ja painatustekniikan ”hallitsemattomuus” tun-  
tuivat hänestä vaikeilta. Kenties hän suhtautui myös taustansa vuoksi hyvin kriittisesti omaan  
kädenjälkeensä. Eräs toinen osallistuja puolestaan työskenteli aktiivisesti, mutta antoi suulli-  
sesti palautetta molemmille ohjaajille erikseen ja eri tilanteissa siitä, että heitä voi ohjeistaa  
ja kohdella kuin aikuisia, vaikka he ovatkin vanhuksia. Osallistuja kirjasi tämän myös palaute-  
kyselyn vapaan palautteen osioon, vaikka hänen osaltaan palautteensa oli muuten erittäin po-  
siitiivista. Ryhmän tunnelma oli aiemmista kerroista poiketen hieman jähmeä, mutta se vapau-  
tui selvästi loppua kohden. Ryhmän vakituinen ohjaaja oli jäämässä opintovapaalle ja se ai-  
heutti osassa ryhmäläisissä haikeutta. Ryhmän maltillisesta koosta ja työskentelyn nopeudesta  
johtuen lopussa jäi paljon aikaa omien töiden esittelykierrokselle. Kierroksen aikana osallistu-  
jat kertoivat omista tunnelmistaan ja kertoivat heille tärkeistä maisemista, joita he olivat tai-  
detöihinsä ikuistaneet. Osa osallistujista antoi myös paljon positiivista palautetta muille lop-  
pukierroksella.

### Puro niityllä



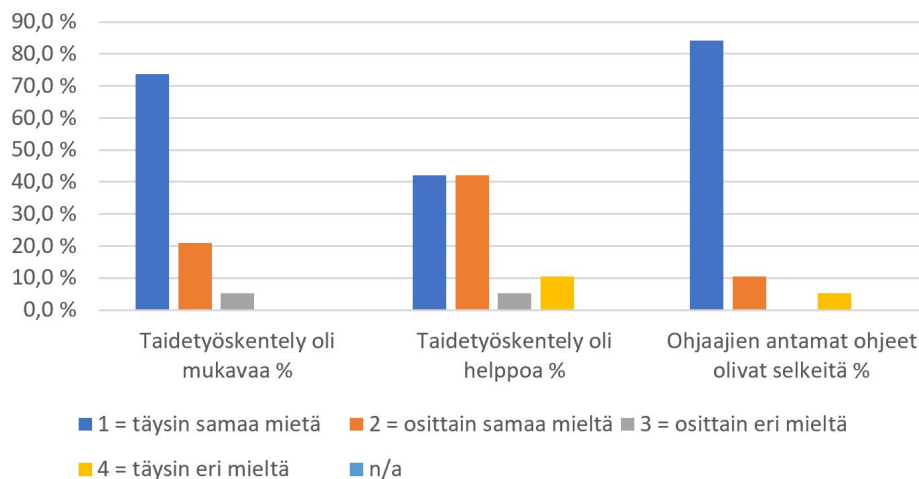
## Tähtitaivas ja revontulet

Tähtitaivas ja revontulet -työssä vaaleilla öljypastelliliiduilla piirretään ohjaajan esimerkkiä mukaillen yksinkertaiset revontulet reunoiltaan alustaan kiinni teipatulle paperille. Paperi maalataan tämän jälkeen kauttaaltaan tumman sinisellä peite- tai vesivärillä. Öljypohjainen väri hylkii vesiliukoista väriä. Kun työ on kuivunut, maalataan alareunaan valkoisella akryylivärillä hanget tai tunturit ja koko työn päälle pirskotellaan samaa väriä tähdiksi tai käytetään siihen maalitussia.

Tarvittavat materiaalit: A4-kokoista akvarellipaperia, vesivärit, siveltimiä, lyijykyniä, maala-sinteippiä, öljypastelliliituja, valkoinen akryyliväri, hiustenkuivaaja edistämään värien kuivu-mista.

Myös tällä kertaa ryhmässä oli melko paljon osallistujia, 21 henkilöä. Tässä ryhmässä oli myös selvästi aiempia enemmän osallistujia, joilla oli hyvin erilaisia toimintakyvyn haasteita. Paikalla oli näkövammaisen osallistuja, muistisairas osallistuja, ja eräältä osallistujalta puuttui suurin osa oikean käden sormista. Lisäksi ryhmässä oli keskimäärin iäkkäämpiä osallistujia. Vanhin osallistuja oli 96-vuotias. Yksi osallistujista tuli paikalle hieman myöhässä ja pyysi ah-tauden vuoksi, että hän voisi työskennellä omalla pöydällään. Hän vaikutti hermostuneelta jo työskentelyn alussa, eikä halunnut ohjaajien apua tai neuvoja. Hän oli tyytymätön omaan työ-hönsä, eikä halunnut noudattaa ohjeistettuja vaiheita. Hän poistuikin ryhmästä melko pian, koska ei kokenut, että taidetyöskentely sujui hyvin. Eräs toinen osallistuja sanoi useaan ot-teeseen, että taidetyöskentely ei ole koskaan ollut hänen juttunsa, ja että pikkulapsetkin te-kevät hienompia töitä. Hän kuitenkin antoi myös muille osallistujille positiivista palautetta ja osallistui itsekin kaikkiin työskentelyvaiheisiin. Myös tässä ryhmässä monet osallistujat antoi-vat positiivista suullista palautetta ja olivat ilahtuneita ja yllättyneitä omista aikaansaannok-sistaan.

## Tähtitaivas ja revontulet



Liite 2: Kuvataidetyöskentely ikääntyneiden kanssa - opas ohjaajille



An abstract painting with vibrant colors like red, orange, yellow, green, and black. A hand is visible in the upper right, using a thin tool to draw yellow spirals on a dark, textured background. The overall style is expressive and textured.

**Ohjeet  
viiteen  
työhön**

**Opas ohjaajille**

# **KUVATAIDE- TYÖSKENTELY**

**IKÄÄNTYNEIDEN  
KANSSA**

Laura Karjula & Katja Reina



## Luonto inspiroi

Taidetyöskentely lisää tutkitusti elämäniloa ja tyytyväisyyttä, ja mikä parasta, se sopii ihan jokaiselle. Tämän oppaan tavoitteena on tarjota ohjeet viiteen erilaiseen taidetyöhön, joita kuka vain voi ohjata ja toteuttaa työssään. Taidetöissä on otettu huomioon ikääntymiseen liittyvät toimintarajoitteet ja osallistujien vaihteleva osaamistaso. Yksinkertaisten ohjeiden avulla jokainen osallistuja voi kokea onnistumisen riemua, kun oman työskentelyn tuloksena on näyttävä taideteos.

Oppaassa esitellyn kokonaisuuden teemana on luonto. Aiheet johdattelevat ajatukset rakkaisiin maisemiin, lapsuusmuistoihin, tai esimerkiksi vuodenaikojen vaihtumiseen. Taidetöitä voidaan toteuttaa yksittäisinä toimintakertoina esimerkiksi sopivana vuodenaikana, tai tiiviimpänä kokonaisuutena esimerkiksi viiden viikon aikana. Taidetöihin tarvittavat materiaalit ovat yksinkertaisia ja melko edullisia, eikä yhteen toimintakertaan tarvitse varata tuntikausia. Näin taide tulee meidän kaikkien ulottuville, taitotasosta ja kokemuksesta riippumatta.

Tämä opas on toteutettu keväällä 2020 osana Laurea-ammattikorkeakoulun sosionomi-opinnäytetyötä. Työelämäkumppanina on ollut Vanhustyön keskusliitto. Oppaan taidetyöt on testattu ja todettu toimiviksi Vanhustyön keskusliiton Senioritoiminnan ryhmissä.

Onnistumisen iloa!



Laura Karjula  
@lkarjula



Katja Reina  
@reinakatja

Opas sijaitsee  
vtkl:n ilmaisessa  
aineistopankissa:  
[vahvike.fi](http://vahvike.fi)

# KUVIOITU LEHTI

NÄITÄ TARVITSET:

Öljypastelliliidut

Sabluuna

Maalarinteippi

Astia musteelle

Taidepaperi

Sivellin

Hammastikkuja

Lyijykynä

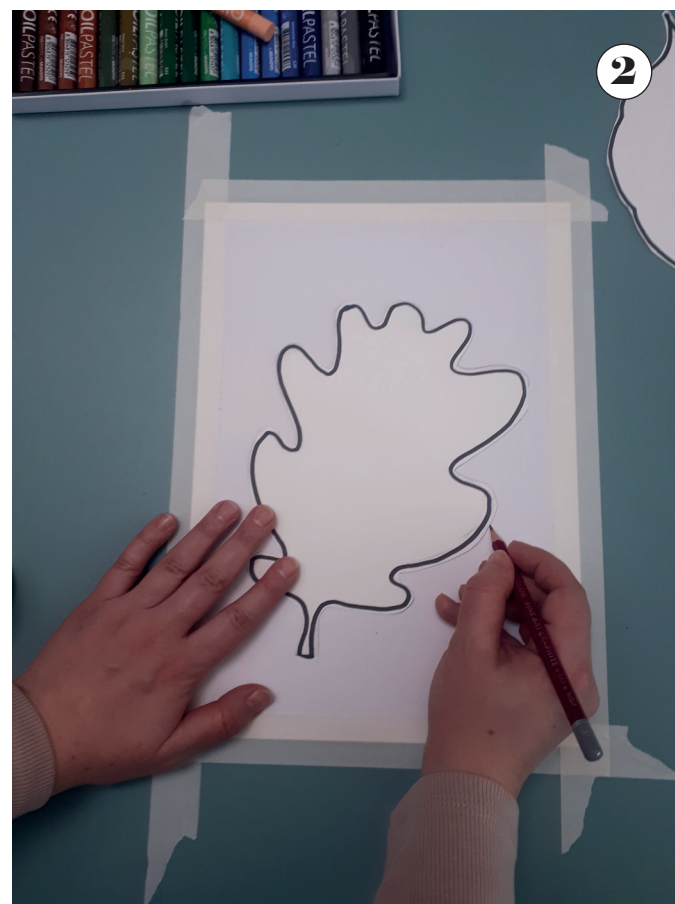
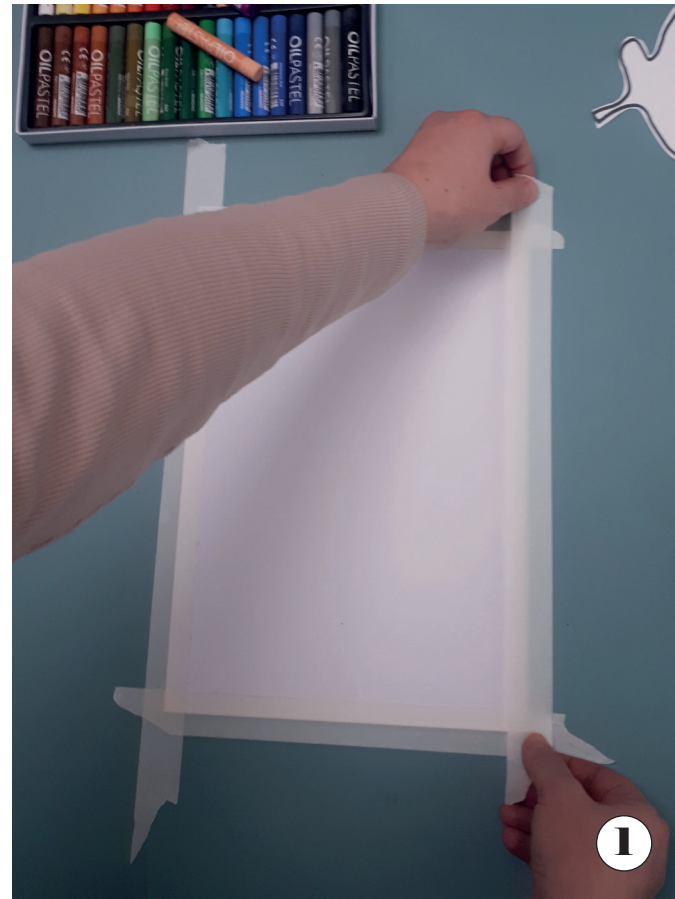
Muste

Tässä työssä on käytetty Fabriano Mixedmedia -paperia (250 g/m<sup>2</sup>), Mungyo -öljypastelliliituja ja Kin's Ink-liquid -mustetta. Sivellin on pehmeä ja pyöreäkärkinen, koko 12.



## Vinkkejä näiden kuvataidetoiden ohjaamiseen:

- Taidetyöskentely kannattaa ohjata ryhmälle vaihe vaiheelta. Oppaan työvaiheet on numeroitu.
- Ohjaaja voi näyttää jokaisen työvaiheen alun ensin omassa työssään.
- Jos ryhmä on iso, kannattaa työvaihe käydä ohjaamassa eri puolilla tilaa niin että kaikki näkevät ja kuulevat ohjeistuksen.
- Materiaalit kannattaa jakaa pöytiin vasta siinä vaiheessa kun kyseinen työvaihe on ajankohtainen.
- Vedelle ja musteelle tarkoitettujen astioiden tulisi olla tukevia. Astian voi tarvittaessa laittaa alustaan kiinni sinitarralla kaatumisen välttämiseksi. Markkinoilla on myös erilaisia purkkitelineitä.
- Työskentelypaperin alle kannattaa laittaa joku alusta, esim iso paperi, jotta työn pystyy siirtämään kuivatuspaikalle.
- Teemaan virittäytymisenä osallistujat voivat liittää etunimensä yhteyteen jonkun luontoaiheisen sanan (esim. Minna Kuunsäde).
- Oppaan taidetöihin voi yhdistää myös luonto- tai lapsuusmuistojen jakamista. Virittäytymisvaiheessa tai töiden valmistuttua.
- Näiden taidetöiden ohjaamiseen menee noin 1-2 tuntia aikaa.



**Työpinnat ja vaatteet kannattaa aina suojata. Esim. akryylimaalilahtee märkänä pois pinnoista, mutta kuivana ei.**

teella lehden ulkopuolelle jäävä alue teippeihin asti. Yli jääneen musteen voi kaataa takaisin purkkiin.

*Työn tulee olla täysin kuiva ennen seuraavaa työskentelyvaihetta. Kuivumista kannattaa edistää hiustenkuivaajalla.*

4. Valitse öljypastelliliiduista kolme mielestäsi yhteen sopivaa väriä ja väritä niillä vaaleimmalla koko lehden sisus.

5. Väritä tummemmalla liidulla aikaisemman liitukerroksen päälle. Peitä vaaleammasta värikerroksesta noin puolet.

6. Väritä tummimmalla liidulla pienempiä alueita kahden aikaisemman värin päälle.

7. Kaiverra hammastikulla erilaisia kuvioita liitukerroksiin. Tikku poistaa päällimmäistä väriä ja aikaisemmin tehty värikerrokset tulevat esiin.

8. Poista teipit ja signeeraa teos lyijykynällä oikeaan alareunaan. Yleensä signeerauksessa on tekijän etunimi, sukunimi ja vuosiluku.

## Kuvioitu lehti

### TYÖOHJEET

1. Teippaa A4-kokoinen taidepaperi (akvarellipaperi käy) joka sivulta alustaan vaaka- tai pystyasentoon.
2. Piirrä sabluunan avulla (sivu 8) tai käsivaraisesti lehden ääriviivat lyijykynällä paperiin. Kuvion tulee olla tarpeeksi suuri, noin kämmenen kokoinen.
3. Kaada mustetta purkista toiseen astiaan, pieneen kuppiin. Ota kupista mustetta siveltimellä vähän kerrallaan. Maalaa mus-



Liiduilla  
värittämisen voi  
tehdä seisoen, nin  
liitujälkeen saa  
riittävästi  
vahvuutta.



4



6



5



7

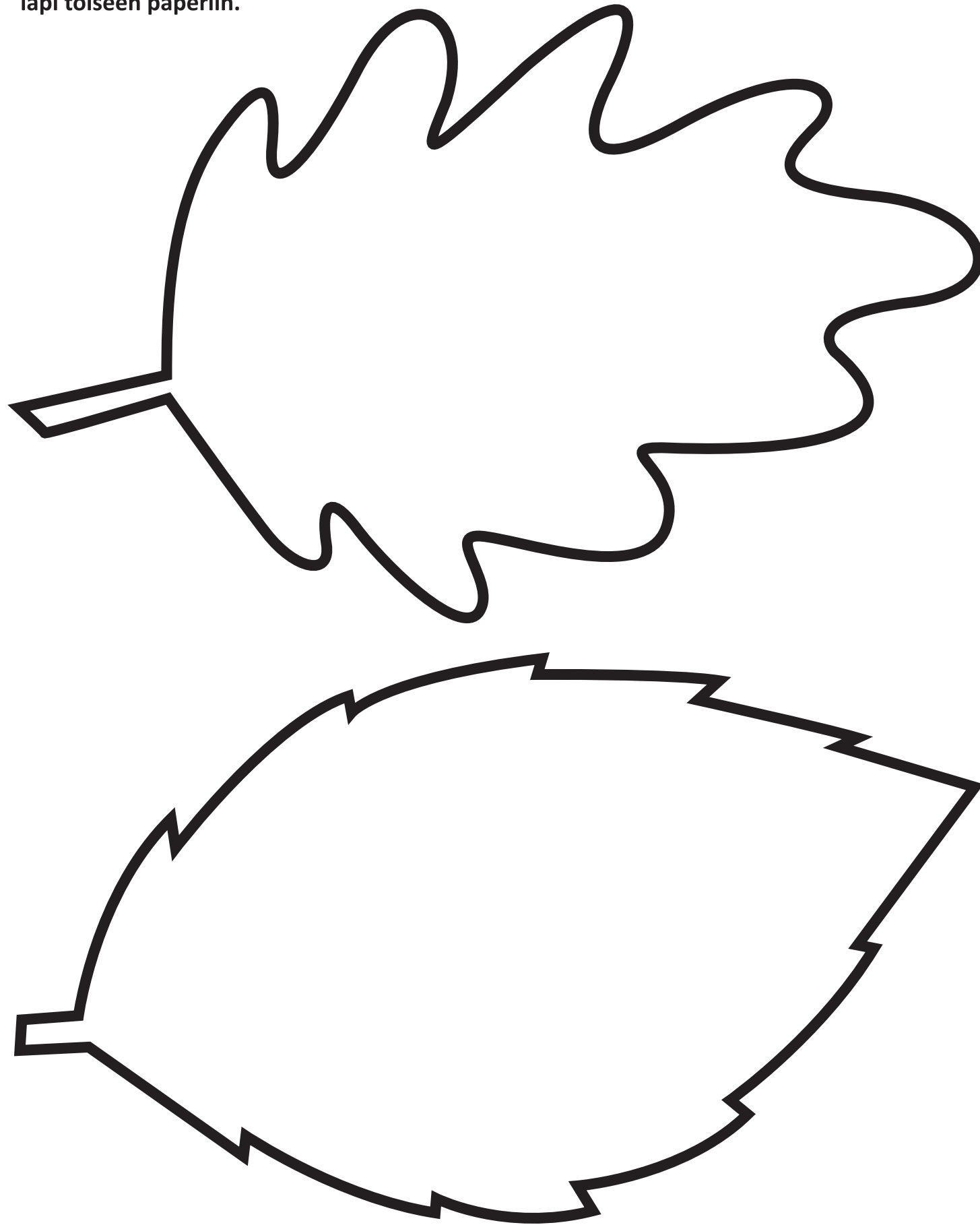
Valmis  
työ!



8



Kuvioitu lehti -työn sabluunat, ohje  
sivulla 5. Leikkaa irti tästä tai piirrä  
läpi toiseen paperiin.



# KOIVU- MIETSÄ

NÄITÄ TARVITSET:



Tässä työssä on käytetty Fabriano Mixedmedia -paperia (250 g/m<sup>2</sup>) ja  
Amsterdam -akryylimaaleja. Sivellin on jäykkä ja laattamainen.



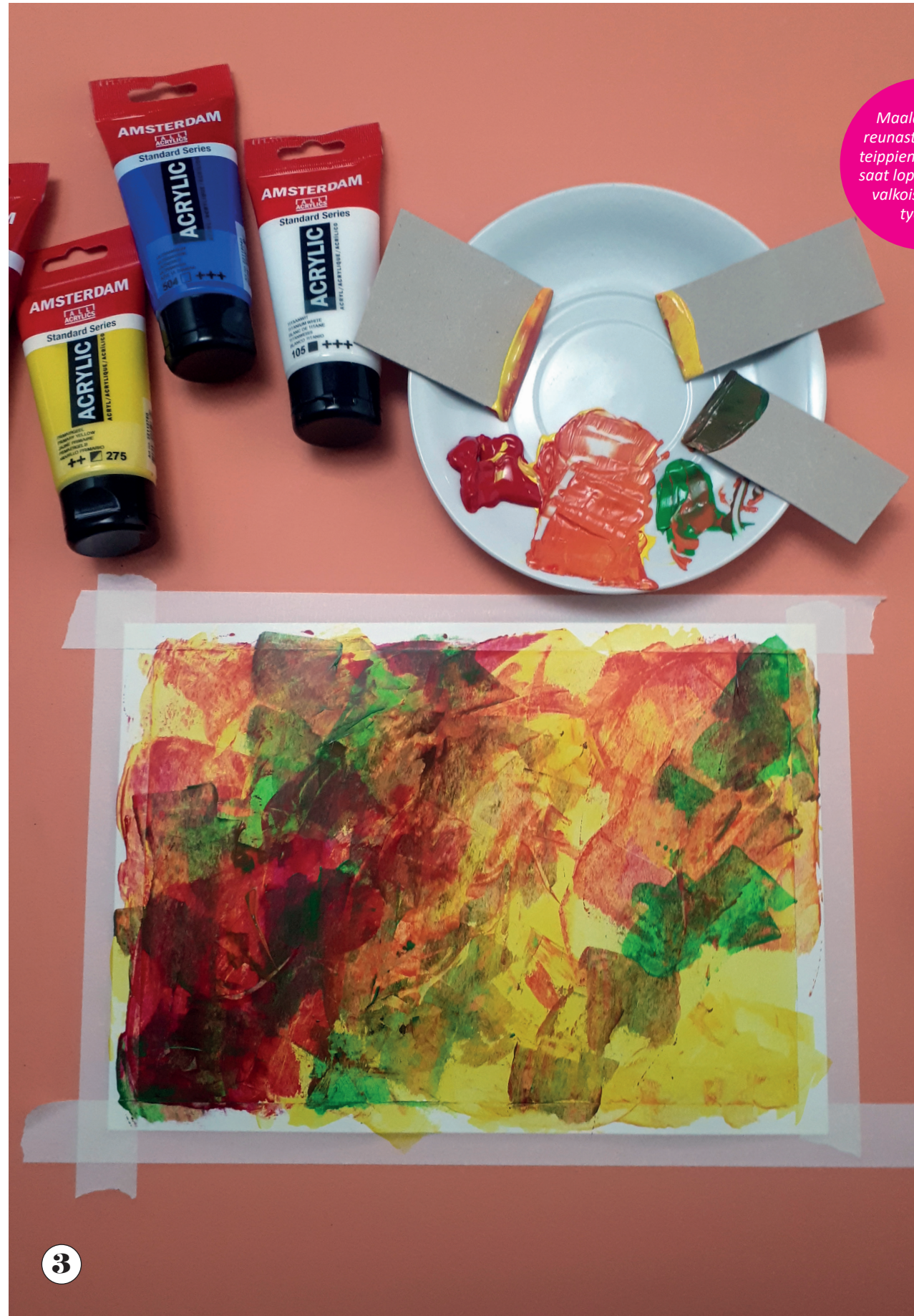
Akryylimaaleille  
käy alustaksi esim.  
keraamiset tai pah-  
viset lautaset.



1



2



3

Maalaa paperi  
reunasta reunaan,  
teippien päälle, niin  
saat lopuksi kauniin  
valkoiset reunat  
työhösi.

## Koivumetsä

### TYÖOHJEET

1. Teippaa A4-kokoinen taidepaperi (akvarellipaperi käy) joka sivulta alustaan pystyyn tai vaakaaan.

2. Valitse kaksi ja eri väristä akryylimaalia. Älä valitse mustaa tai valkoista väriä. Maalaa tukevalla pahvin palalla väripintoja paperiin. Anna värien sekoittua paperilla.

3. Jatka maalaamista halutessasi vielä kolmannella värillä.

*Työn tulee olla täysin kuiva ennen seuraavaa työskentelyvaihetta. Kuivumista kannattaa edistää hiustenkuivaajalla.*

4. Maalaa valkoisella akryyliväriä ja leveällä siveltimellä koivun runkoja ja oksia paperiin. Sopiva määrä runkoja on 3-5.

5. Ota mustaa väriä pahvin palaan ja vedä kevyin vedoin runkoon tummia viiruja.

*Kuivaa työ hiustenkuivaajalla.*

6. Poista teipit ja signeeraa teos lyijykynällä oikeaan alareunaan. Yleensä signeerauksessa on tekijän etunimi, sukunimi ja vuosiluku.





## Muistiinpanoja

---

---

---

---

---

---

---

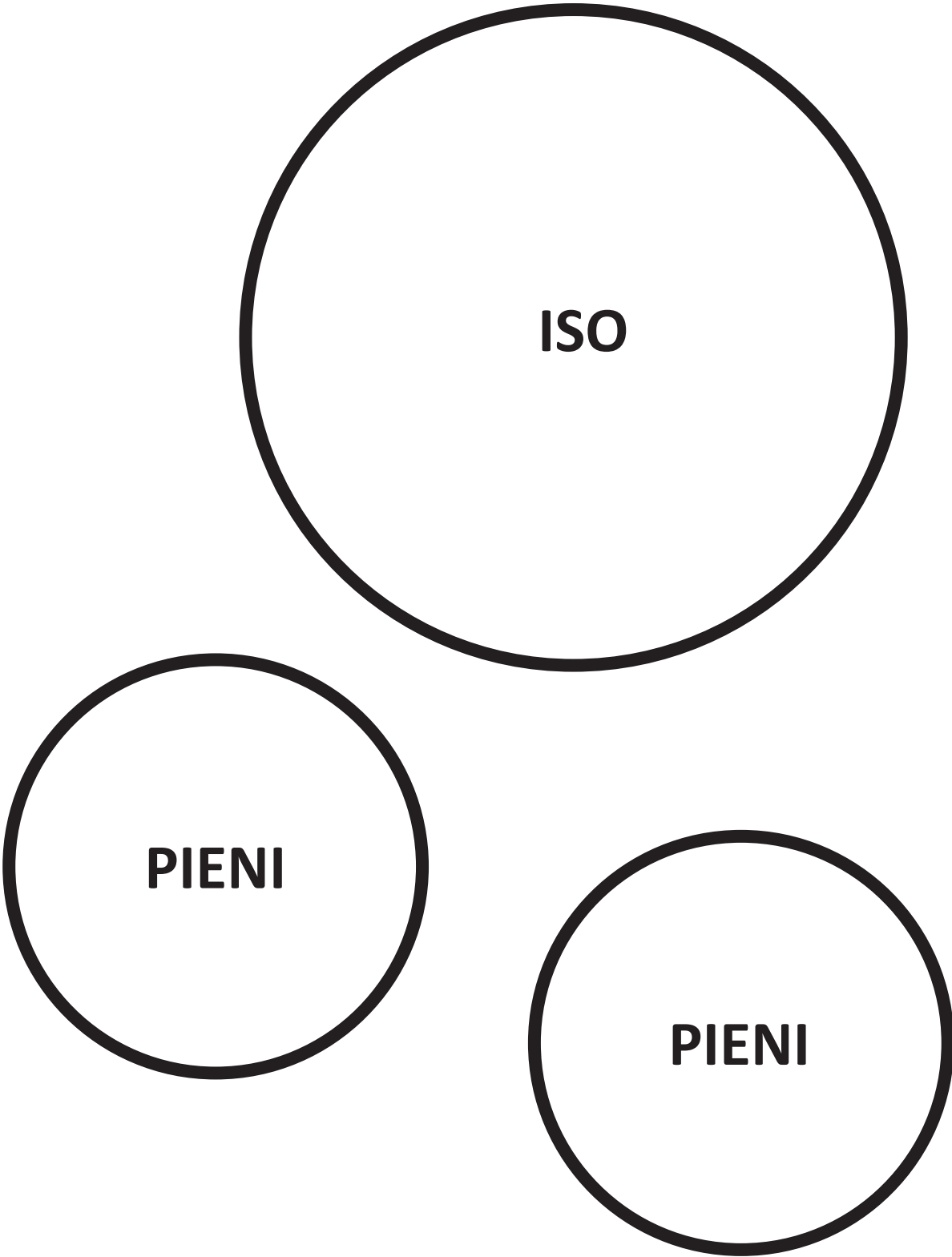
---

---

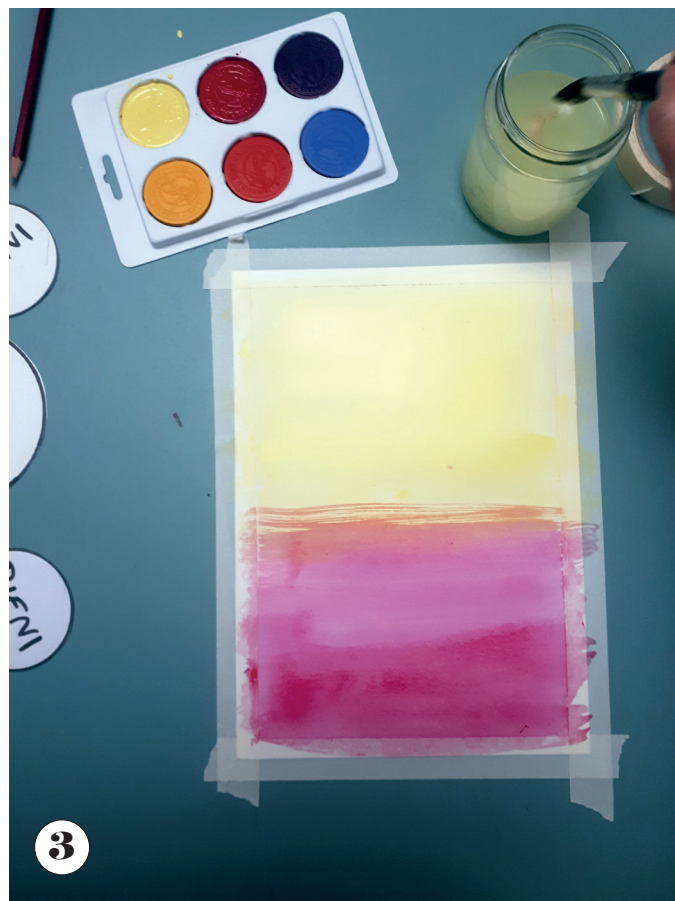
---



Avaruus ja planeetat -työn sabluunat,  
ohje sivulla 17. Leikkaa irti tästä tai piirrä  
läpi toiseen paperiin.







Valmiiden sabluunoiden sijaan voit käyttää muita pyöreitä kappaleita: teippirullaa, purkin kantta, mukin pohjaa jne.

**3.** Puhdista sivellin vedessä ja maalaa tummemmalla värillä paperin alaosa vaakavedoin aloittaen paperin alareunasta.

**4.** Anna paperin keskikohdalla värien sekoittua toisiinsa. Keskikohdalle muodostuu sekoiteväri ja väriliukuma.

*Työn tulee olla täysin kuiva ennen seuraavaa työskentelyvaihetta. Kuivumista kannattaa edistää hiustenkuivaajalla.*

**5.** Poista teipit. Piirrä lyijykynällä kolme ympyrää paperiin sabluunoiden (sivu 14) avulla, yksi iso ja kaksi pientä.

**6.** Leikkaa ympyrät irti paperista ja sommittele ne mustalle kartongille.

**7.** Liimaa ympyrät mustaan kartonkiin planeetoiksi.

**8.** Sekoita hieman valkoista akryylimaalia tilkkaan vettä. Roiski maalia pienen siveltimen avulla tähdiksi planeettojen päälle. Suojaa ympäristö roiskeilta. Vaihtoehtoisesti voit tehdä tähdet valkoisella maalitussilla (katso sivu 29).

*Kuivaa työ hiustenkuivaajalla.*

**9.** Signeeraa teos lyijykynällä tai valkoisella akryylimaalilla oikeaan alareunaan. Yleensä signeerauksessa on tekijän etunimi, sukunimi ja vuosiluku.

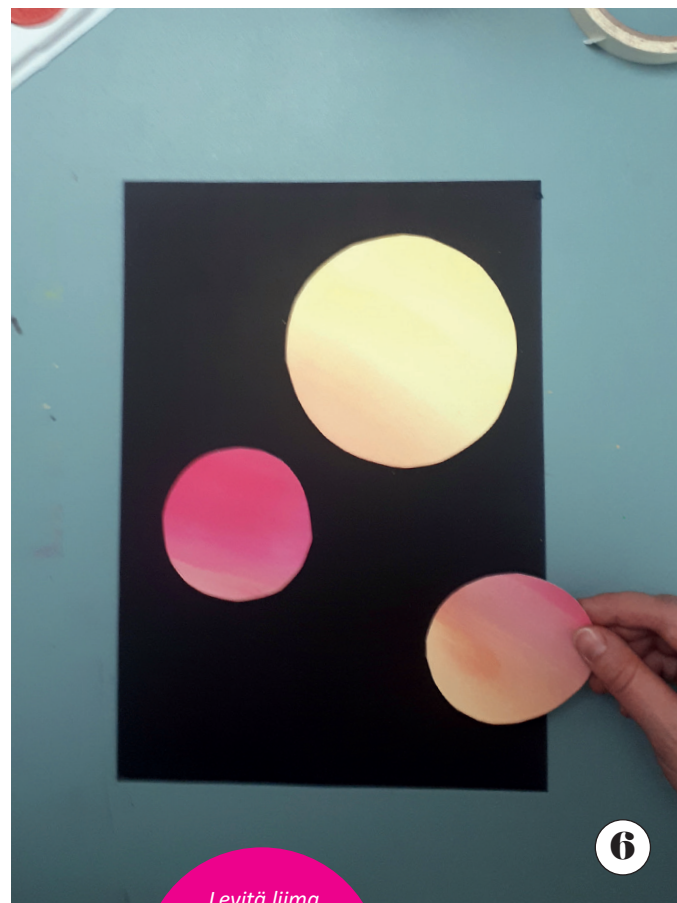
## Avaruus ja planeetat

### TYÖOHJEET

**1.** Teippaa A4-kokoinen taidepaperi (akvarellipaperi käy) kulmista tai joka sivulta kiinni alustaan pystyasentoon.

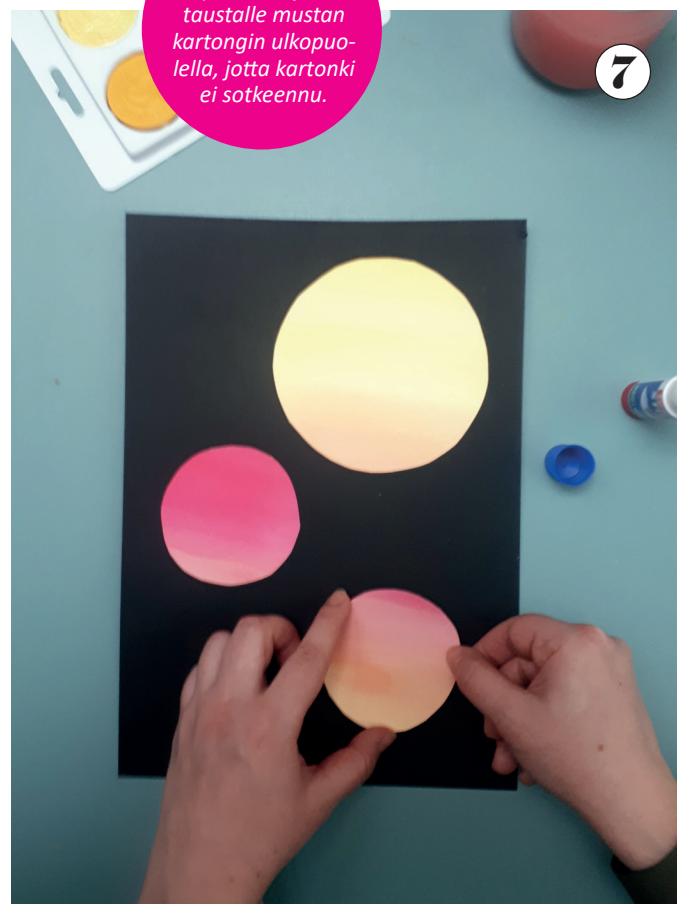
**2.** Valitse peiteväreistä (tai vesiväreistä) kaksi eri väriä. Kostuta sivellin vedessä ja ota siihen väriä. Siveltimen ja värin pitää olla kosteaa, ei märkää. Maalaa vaaleammalla värillä siveltimen vaakavedoin paperin yläosa. Aloita maalaaminen paperin yläreunasta.





6

Levitä liima planeettojen taustalle mustan kartongin ulkopuolella, jotta kartonki ei sotkeennu.



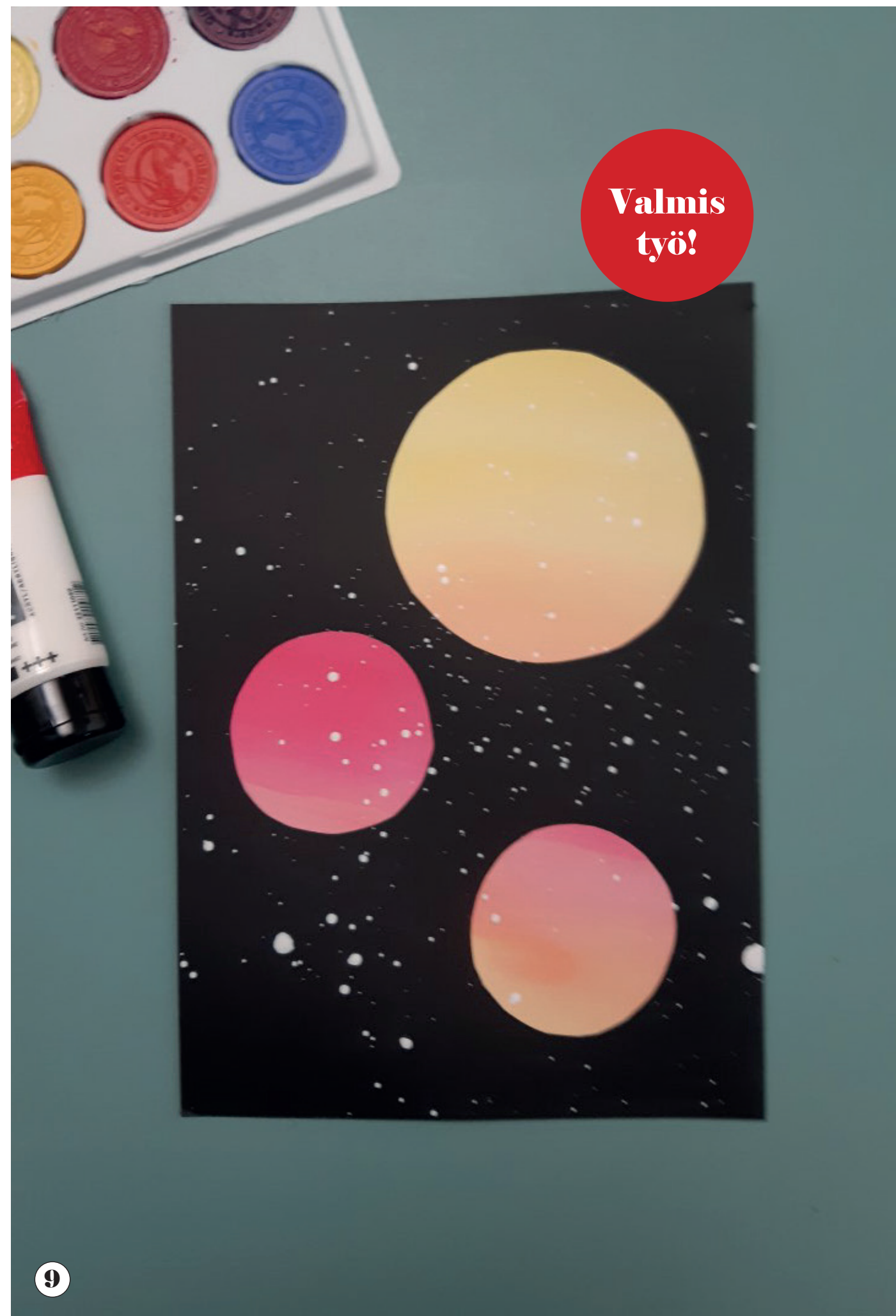
7



8

**Työskentelyvälineet kannattaa hankkia taidetarvikeliikkeistä.**

**Suomalaisia verkkokauppoja:**  
[konstashop.fi](http://konstashop.fi)  
[tempera.fi/shop/](http://tempera.fi/shop/)  
[taidetarvikkeet.org](http://taidetarvikkeet.org)  
[taidetarvike.fi](http://taidetarvike.fi)



**Valmis työ!**

9



## Muistiinpanoja

# PURO NIITYLLÄ

NÄITÄ TARVITSET:

Alusta maaleille

Akryylimaaleja

Siveltimiä

Maalarinteippi

Kalvo

Lyijykynä

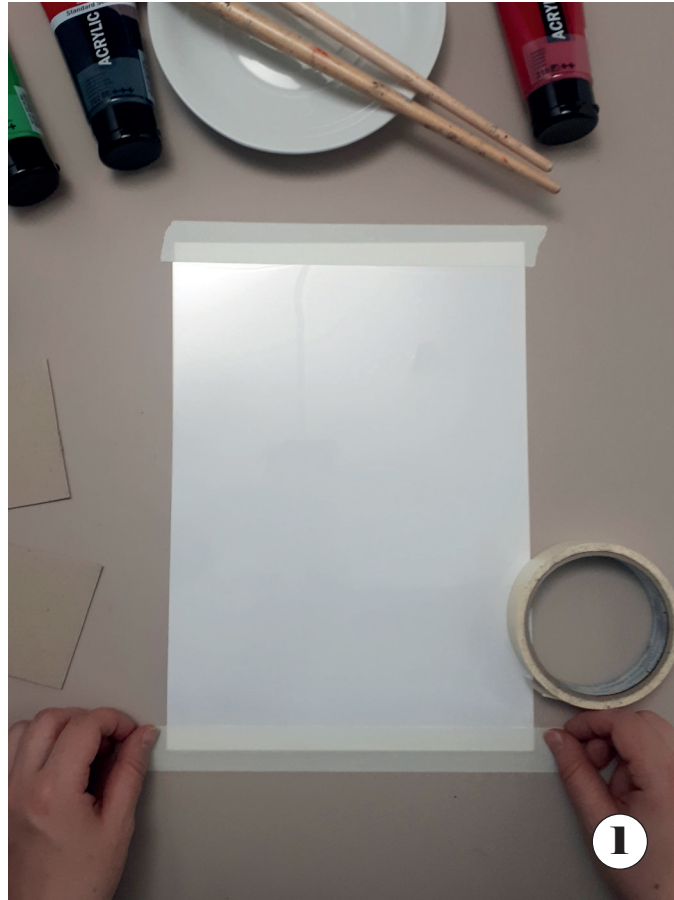
Taidepaperi

Pahvin paloja

Kopiopaperi

Tässä työssä on käytetty Fabriano Mixedmedia -paperia (250 g/m<sup>2</sup>) ja Amsterdam -akryylimaaleja. Siveltimet ovat jäykkiä ja laattamaisia.





Akryyliväri kuivuu melko nopeasti joten maalausvaiheessa työskentelyn kannattaa olla ripeää.



Maalauksen reunoille kannattaa jättää tyhjää tilaa koska väri leviää hieman hiertämisvaiheessa.

# Puro niityllä

## TYÖOHJEET

**1.** Laita kopiopaperi kalvon alle ja teippaa ne molemmat ala- ja yläreunasta kiinni alustaan vaakatai pystyasentoon. Kopiopaperi auttaa näkemään maalattavan alueen.

**2.** Maalaa kalvolle akryyliväreillä abstrakti puro ja niittymaisema. Voit käyttää maalaamiseen siveltimiä tai pahvin paloja.

**3.** Jatka maalaamalla maisemaan kasveja, puita tai eläimiä. Pikku-tarkat jäljet eivät toistu lopullisessa vedoksessa joten suurpiirteinen maalaustyyli sopii tähän työhön.

**4.** Kun maalaus on valmis, aseta sen päälle taidepaperi (akvarellipaperi käy). Paina ja hierrä paperia käsillä joka kohdasta jolloin väri siirtyy kalvosta taidepaperiin. Maalit leviävät jonkun verran.

**5.** Irrota paperi kalvosta ja grafiikan vedos on valmis. Työ on alkuperäisen kalvomaalauksen peilikuva.

*Kuivaa työ hiustenkuivaajalla.*

**6.** Poista teipit ja signeeraa teos lyijykynällä oikeaan alareunaan. Yleensä signeerauksessa on tekijän etunimi, sukunimi ja vuosiluku.





4



5

Kalvojen sijaan  
maaluspohjana  
voi käyttää rauta-  
kaupoista saatavia  
keraamisia  
laattoja.

## Muistiinpanoja

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



6

Valmis  
työ!

Minna Aho 2020



## Muistiinpanoja

# TÄHTITAIIVAS JA REVONTULET

NÄITÄ TARVITSET:

Öljypastelliliidut

Astia vedelle

Valkoinen akryylimaali

Lyijykynä

Maalitussi

Siveltimiä

Taidepaperi

Peitevärit

Maalarinteippi

Tässä työssä on käytetty Fabriano Mixedmedia -paperia (250 g/m<sup>2</sup>), Mungyo -öljypastelliliituja, Wennström -peitevärejä, Amsterdam -akryylimaalia ja Pebeo -maalitussia. Iso sivellin on pehmeä ja pyöreäkärkinen, koko 12. Pieni sivellin on kokoa 3.





Liiduilla värityksen voi tehdä seisoen, niin liitujälkeen saa riittävästi vahvuutta.

# Tähtitaivas ja revontulet

## TYÖOHJEET

**1.** Teippaa A4-kokoinen taidepaperi (akvarellipaperi käy) joka sivultaan alustaan pystysuuntaisesti.

**2.** Valitse kaksi tai kolme vaaleaa ja kirkasta öljypastelliliitua ja piirrä niillä lainekuviot paperin keski-osaan.

**3.** Vedä liidulla laineista pystysuoria viivoja ylöspäin revontulikuvioiksi.

**4.** Maalaa vaakavedoin tummansinisellä peitevärillä (tai vesivärillä) koko paperi ylhäältä alas asti. Väri ei tartu liidulla tehtyihin viivoihin.

*Työn tulee olla täysin kuiva ennen seuraavaa työskentelyvaihetta. Kuivumista kannattaa edistää hiustenkuivaajalla.*

**5.** Maalaa alareunaan valkoisella akryylimaalilla lumihankea tai tunteita.

**6.** Painele valkoisen maalitussin kärjellä tähtiä taivaalle. Vaihtoehtoisesti voit sekoittaa hieman valkoista akryylimaalia tilkkaan vettä ja roiskia maalia pienen siveltimen avulla tähdiksi taivaalle (katso sivu 17).

*Kuivaa työ hiustenkuivaajalla.*

**7.** Poista teipit ja signeeraa teos lyijykynällä oikeaan alareunaan. Yleensä signeerauksessa on tekijän etunimi, sukunimi ja vuosiluku.





**Lisää tämän tyyppisiä töitä voit löytää tutustumalla esim. Kohtaamistai- teeseen.**

